

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования г. Краснодар
«Центр развития ребёнка - детский сад № 232»

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДОШКОЛЬНИКА ПОСРЕДСТВОМ
ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Разработчики:
Фитилева Ирина Геннадиевна
Бойкова Жанна Валентиновна
инструкторы по физической культуре

г. Краснодар
2022

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1. ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ	4
1.1. ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ С ПРЕДМЕТАМИ	21
2. ИМИТАЦИОННЫЕ (ПОДРАЖАТЕЛЬНЫЕ) ИГРЫ:	
2.1. МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ	26
2.2. СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ	34
3. ИГРЫ (МАЛОПОДВИЖНЫЕ) С РЕЧЕВЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ	39
4. ИГРЫ НА ВНИМАНИЕ	46
5. ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ	55
6. КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ВЕСЕЛАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В СЕМЬЕ»	63
7. КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДОМА»	64
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	65
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	67

Пояснительная записка

Ни для кого не секрет, что основным видом деятельности дошкольников является игра. Именно при помощи игры происходит умственное, нравственное и физическое развитие. Причем все компоненты развития связаны между собой, что если один из них не сформирован, то остальные дальше просто не развиваются. В.А. Сухомлинский подчеркивал, что «Игра - это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений, понятий об окружающем мире. Игра - это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности».

Игра - чуть ли не основной атрибут детства. Это основная деятельность ребенка, которая возникает у него как бы спонтанно, без всяких призывов и воспитательных воздействий взрослых, и увлекает его, как ничто другое.

В дошкольном возрасте ребенку необходимо заложить основу здоровья. Не всегда малыши с удовольствием делают зарядку, поэтому целесообразнее иногда заменить ее подвижной игрой на прогулке или малоподвижной в группе. Такие игры широко представлены в главе «Игры (малоподвижные) и физкультминутки».

Умственное воспитание детей включает в себя формирование таких психологических процессов, как память, внимание, развитие слухового восприятия окружающей среды, развитие мелкой моторики рук, увеличение активного словаря детей и развитие речи. Для развития этих качеств у детей, в работе вам помогут, игры на внимание, игры с речевым сопровождением, а также пальчиковые игры в стихах представленные в этом пособии.

Общение дошкольника со сверстниками происходит главным образом в процессе совместной игры. Играя вместе, дети начинают учитывать желания и действия другого ребенка, учатся отстаивать свою точку зрения, строить и реализовывать совместные планы, так что игра оказывает большое влияние на развитие общения детей в этот период.

Игра представляет собой место для социальных проб детей, тех испытаний, которые выбирается детьми для самопроверки и в процессе которых ими осваиваются способы решения возникающих в процессе игры проблем межличностных отношений. Поэтому важнейшей задачей является оптимизация и организация в ДОО специального пространства для активизации, расширения и обогащения игровой деятельности дошкольника.

Огромное значение игры для развития всех психических процессов и личности ребенка в целом дает основание считать, что именно этой деятельности принадлежит ведущая роль в дошкольном возрасте.

В данном методическом пособии нами, инструкторами по физическому развитию, МБДОУ МО г. Краснодар «Центр-детский сад № 232» Фитилевой Ириной Геннадиевной и Бойковой Жанной Валентиновной, представлен материал, который можно использовать в работе с детьми 3–7 лет: в комплексах утренней гимнастики, после пробуждения дневного сна, в физкультминутках, во время образовательной деятельности, перед различными видами ручного труда, рисованием, письмом и пр.

1. ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Пальчиковые игры существуют очень давно и сопровождают нас в течение всей жизни. "Сорока, сорока кашу варила", – говорит мама и водит пальчиком малыша по его ладошке. "Мы писали, мы писали, наши пальчики устали", – старательно повторяют первоклассники вслед за учителем, сжимая кулачки.

Главная ценность пальчиковых игр состоит в том, что в их процессе ребенок развивается в полной мере, работают все основные центры головного мозга. Развиваются речь, память, внимание, мышление, мелкая моторика руки, координация движений (слушаю, запоминаю, проговариваю, воспроизвожу, двигаюсь). Те же механизмы заложены в основе письма – наиболее сложного процесса, осваиваемого первоклассниками. Подготовить их к этому непростому делу – непосредственная задача родителей и педагогов.

Пальчиковые игры увлекательны, доступны, интересны детям. Стихотворные тексты легко запоминаются. Освоив игру, ребенок сможет повторять ее где угодно: дома, в транспорте, на прогулке.

Работа с пальчиковыми играми многообразна и очень эффективна, ведь эти игры решают целый ряд задач, стоящих перед педагогами, что делает их незаменимым средством развития и обучения.

В данном пособии предлагаются разнообразные пальчиковые игры – взрослый может выбрать наиболее подходящую по теме и содержанию игру для каждого конкретного случая.

«Здравствуй, ручка!»

Здравствуй, здравствуй, ручка!

Как твои дела?

Здравствуй, здравствуй, ручка!

Как же ты жила? (*Жмем правую руку*)

Я жила-то хорошо. Приходите к нам еще! (*Трясем правую руку*)

Здравствуй, здравствуй, ручка!

Как твои дела?

Здравствуй, здравствуй, ручка!

Как же ты жила? (*Жмем левую руку*)

Я жила-то хорошо.

Приходите к нам еще! (*Трясем левую руку*).

«Здравствуй, пальчик!»

Здравствуй, пальчик мой большой!

Поздоровайся со мной. (*Каждый палец на левой руке дотрагивается до большого пальца*)

Здравствуй, здравствуй!

Здравствуй, здравствуй!

Здравствуй, здравствуй!

Здравствуй, здравствуй! *(Каждый палец на левой руке дотрагивается до большого пальца 2 раза)*

Упражнение повторяется на правой руке, темп увеличивается.

«Повстречались два котенка»

Повстречались два котенка. *(По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки)*

Мяу-мяу! Мяу-мяу! *(Соприкасаются кончики мизинцев двух рук)*

Повстречались два щеночка. *(По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки)* Гав-гав! Гав-гав! *(Касаются кончики безымянных пальцев двух рук)*

Повстречались два козла. *(По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки)* Ме-ме-ме! Ме-ме-ме! *(Соприкасаются кончики средних пальцев двух рук)*

Повстречались два барана. *(По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки)* Бе-бе-бе! Бе-бе-бе! *(Соприкасаются кончики указательных пальцев двух рук)*

Повстречались два быка. *(По ногам бегут два пальца каждой руки – человечки)* Му-му-му! Му-му-му! *(Соприкасаются кончики больших пальцев двух рук)*

Эту вкусную траву *(Растопыриваем пальцы на двух руках)*

Не отдам я никому! *(Прячем пальцы подмышками).*

«Солнышко»

Солнышко на улице начало сиять.

Один веселый пальчик вышел погулять.

(Показываем один палец)

Солнышко на улице начало сиять. Два веселых пальчика вышли погулять. *(Показываем два пальца)*

Солнышко на улице начало сиять. Три веселых пальчика вышли погулять. *(Показываем три пальца)*

Солнышко на улице начало сиять. Четыре дружных пальчика вышли погулять. *(Показываем четыре пальца)*

Солнышко на улице начало сиять. Пять веселых пальчиков вышли погулять. *(Показываем пять пальцев)*

Солнышко на улице спряталось опять. Четыре дружных пальчика осталось там гулять. *(Показываем четыре пальца)*

Солнышко на улице спряталось опять. Три веселых пальчика остались там гулять. *(Показываем три пальца)*

Солнышко на улице спряталось опять. Два веселых пальчика вышли погулять. *(Показываем два пальца)*

Солнышко на улице спряталось опять. Один веселый пальчик остался там гулять. *(Показываем один палец)*

Солнышко на улице спряталось опять.

Ноль веселых пальчиков осталось там гулять.

(Сжимаем кулачок).

«Охотники»

По дорожке мы бежали– *(Поворачиваем правую руку тыльной стороной вверх. От сгиба локтя до запястья правой руки бегут два пальца левой руки – это человечек)*

Бегемота мы поймали. *(Хватаем левой рукой большой палец)*

По дорожке мы бежали -

Крокодила мы поймали. *(Хватаем левой рукой указательный палец)*

По дорожке мы бежали - И слоненка мы поймали. *(Хватаем левой рукой средний палец)*

По дорожке мы бежали - Обезьянку мы поймали. *(Хватаем левой рукой безымянный палец)*

По дорожке мы бежали - Попугайчика поймали. *(Хватаем левой рукой мизинец)*

Повторяем упражнение левой рукой.

«Кулачок»

Чок-чок-чок! Чок-чок-чок! *(Сжимаем руки в кулачки. Бьем сверху кулачком: сначала правым по левому, потом левым по правому)*

Жил на свете кулачок.

А потом, потом, потом,

Что же стало с кулачком?

Выросли рожки, *(Вытягиваем средний и указательный пальцы на правой руке)*

Выросли ножки. *(Остальные пальцы опускаем вниз)*

Кулачок на ножки встал

И тебя защекотал. *(Щекочем под мышкой)*

Повторяем упражнение левой рукой.

«Мышки»

Правую руку сжимаем в кулачок.

Раз, два, три, четыре, пять!

Вышли мышки погулять. *(Левой рукой разгибаем по одному пальцы на правой руке)*

По полянке скачут. *(Средний и указательный пальцы левой руки прыгают на раскрытой ладони правой)*

Зерна в норке прячут. *(Пальцы левой руки скребут по ладони правой)*

Раз, два, три, четыре, пять!

В норке спрятались опять! *(Левой рукой загибаем по одному пальцы на правой руке)*

Повторяем упражнение левой рукой.

«Паучки»

Вот бежит к нам паучок.
Наш веселый старичок. *(Округляем правую кисть, ставим на пальчики, бежим – это паучок)*
А за ним бежит другой:
"Поиграть хочу с тобой! *(Округляем левую кисть, ставим на пальчики, бежим)*
Раз, два, три четыре, пять!
Тебя буду догонять!" *(Одна рука догоняет и хватает другую, затем руки меняются местами).*

«Травка»

Если дождик поливает,
Наша травка вырастает. *(Пальцы на двух руках постепенно разгибаются)*
Если ветер завывает, *(Дуем на пальцы)*
Нашу травку он качает. *(Наклоняем руки с растопыренными пальцами в разные стороны)*
Гром гремит и всех пугает, *(Стучим кулачками друг об друга)*
Нашу травку наклоняет. *(Постепенно сгибаем пальцы)*
А садовник – чик-чик-чик! *(Указательными и средними пальцами изображаем ножницы)*
Нашу травку всю постриг! *(Показываем кулачки).*

«Обед»

Жучка косточку грызет,
(Показываем левой рукой собачку, она "грызет" указательный палец правой руки)
Зайчик ест морковку. *(Показываем зайчика левой рукой, а правую руку складываем щепотью – это морковь)*
Ежик яблочко везет *(Растопыриваем пальцы на левой руке, сверху яблочко – кулачок правой руки)*
На иголках ловко.
Птичка зернышки клюет. *(Указательный палец левой руки – клюв, который стучит по ладошке правой руки)*
Лошадь травку ищет. *(Левой рукой пощипываем пальцы правой)*
Каждый зверь на свете ждет Ему нужной пищи. *(Указательные пальцы двух рук касаются груди)*
Повторяем упражнение, поменяв руки.

«Утята»

Мы утята – кря-кря-кря! *(Перекрещиваем руки на запястье и машем ими, будто крыльями)* Прилетели мы не зря.
Здесь мы зернышки клюем. *(Указательный палец левой руки – клюв, он стучит по ладошке правой руки)*
Лапками по лужам бьем. *(Хлопаем руками по ножкам).*

«Пальчики»

Мы пальчики погладим,
Гладим, гладим, гладим. *(Левая рука гладит пальцы правой)*
Мы пальчики потрем,
Трем, трем, трем. *(Левая рука трет пальцы правой)*
Мы пальчики помнем,
Мнем, мнем, мнем. *(Левая мнет пальцы правой)*
Мы пальчики пощиплем,
Щиплем, щиплем, щиплем. *(Левая рука пощипывает пальцы правой)*
И в кулачок сожмем.
Повторяем упражнение правой рукой.

«Пирожки»

Вот мы тесто замесили, *(Сгибаем, разгибаем пальцы)*
Мяли, мяли, посолили. *(Делаем движения, как будто солим)*
Порубили на куски *(Машем ребром левой руки, как будто рубим ножом)*
И слепили пирожки. *(Две ладошки касаются друг друга, то одна сверху, то другая)*
Что за вкусный пирожок! *(Руки сплетаем в замок, делаем вид, что пробуем пирожок)*
Угощайся, мой дружок!

«Прогулка»

Пальцы правой руки растопыриваем (ладонью к себе). Указательный и средний пальцы левой руки бегут по пальцам правой руки, как по горкам, – это человечек.
Мы бежим по горкам,
По крутым пригоркам.
Долго мы бежали,
В ямку мы попали. *(Человечек оказывается в ямке между указательным и большим пальцем)*
Выбирались из норы. *(Медленно поднимаемся по большому пальцу)*
Покатались мы с горы. *(Скользим по руке)*
Повторяем упражнение левой рукой.

«Ягоды»

По тропинке в лес пойдём. *(Два пальца левой руки – человечек – шагает по ладошке правой руки)*
Много ягод наберем.
Земляничку и клубнику *(Щепотью левой руки "отщипываем" кончики пальцев правой по 2 раза)*
И бруснику, и чернику.
И калинку, и малинку -

Все положим мы в корзинку. *(Сложенные в щепоть пальцы правой руки опускаем в корзинку – левую ладонь, согнутую "лодочкой")*

Повторяем упражнение левой рукой.

«Солнце»

Солнце поднимается. *(Поднимаем правую руку ладошкой к себе, растопырив пальцы)*

Пальцы просыпаются. *(Постепенно разгибаем пальцы на обеих руках)*

Вместе по порядку. *(Энергично сгибаем, разгибаем пальцы)*

Делают зарядку.

Пальцы мы водой польем, *(Трясем опущенной левой кистью над растопыренной правой кистью)*

А потом ее стряхнем. *(Встряхиваем обеими кистями)*

Поскакали, *(Пальцы прыгают на коленях)*

Поплясали, *(Поднимаем руки, крутим кистями фонарики)*

И конечно же, устали. *(Медленно опускаем руки на колени)*

Солнышко садится. *(Опускаем растопыренную правую руку)*

Спать велит ложиться.

Пальцы засыпают, *(Медленно сжимаем в кулачки)* Глазки закрывают.

«Цветочек»

Вот цветочек вырастает. *(Медленно поднимаем правую руку, согнутую в кулак)*

Лепесточки раскрывает. *(Раскрываем кулачок)*

Над цветком пчела летит *(Левую кисть складываем в щепоть и совершаем круговые движения над правой ладонью)*

И тихонечко жужжит,

Собирает сладкий сок – *(Пощипываем правую ладонь)*

Угощайся, мой дружок!

«Пес»

Пес косматый всех кусает, *(Обе кисти рук складываем в щепотки. Четыре верхних пальца поднимаются, опускаются, касаясь кончика большого)*

Всех царапает и лает. *(Пальцы скругляем – это когти. Делаем движения вперед, как будто царапаемся)*

Но погладь его немножко – *(Правая рука гладит левую)*

Станет ласковым, как кошка.

«Мастера»

Ножничками режем – *(Указательным и средним пальцем на обеих руках показываем, как режем ножницами)*

Чик-чик-чик!

Часики по стрелочке -

Тик-тик-тик! *(Сгибаем правую руку в кулак, разгибаем указательный палец и выполняем им круговые движения – это стрелка часов)*

Молоточек тукает -

Тук-так-так! *(Бьем кулаком одной руки о другую)*

Если мы работаем,

То вот так! *(Показываем большой палец на обеих руках).*

«Рыбки»

Рыбки плещутся в воде *(Машем ладошками)*

Рыбки плавают везде. *(Выполняем волнообразные движения кистями)*

Только щука не дремала *(Правую руку складываем в щепоть. Четыре верхних пальца сгибаются, разгибаются, касаясь кончика большого пальца)*

И одну из них поймала. *(“Щука” хватает левую кисть)*

Только рыбка убежала! *(Левая рука вырывается и уплывает от “щуки”).*

«Дрова»

Раз-два, раз-два, *(Ребром правой ладони ударяем поочередно по левой ладони, по левой руке, по правой ноге, по левой ноге)*

Рубим-рубим мы дрова.

И по вербе – тук!

По березе – тук!

По осине – тук!

По рябине – тук!

Раз-два, раз-два.

Будем мы пилить дрова. *(“Пилим” ребром ладони)*

Вот так, вот так,

Будем мы пилить дрова.

Раз-два, раз-два,

Будем складывать дрова. *(Приближаем друг к другу ладони, поочередно соединяем пальцы)*

Вот так, вот так,

Будем складывать дрова.

Повторяем упражнение левой рукой.

«Музыканты»

Мы на дудочке играли: *(Пальчики бегают перед лицом по воображаемой дудочке)*

Ду-ду-ду!

Ду-ду-ду!

Мы на кнопки нажимали:

Ду-ду-ду!

Ду-ду-ду!

А потом на пианино: *(Пальчики бегают перед грудью – играем на пианино)*

Тра-ля-ля!

Тра-ля-ля!
Быстро-быстро заиграем:
Тра-ля-ля!
Тра-ля-ля!
А потом на барабане: *(Сжимаем руки в кулаки, барабаном перед собой)*
Бам-бам-бам!
Бам-бам-бам!
Громко-громко барабанит Барабан, барабан!
Сразу папа прибежал, *(Прячем руки за спину)*
Барабан у нас отнял.

«Пирожок»

Месим, месим тесто, *(Мнем ладошки)*
Месим понемножку.
Из такого теста
Сделаем лепешку. *(Разглаживаем одной ладошкой другую)*
Внутри яблочко кладем, *(Кладем на ладошку кулачок)*
Уголочки мы загнем. *(Загибаем пальчики внутрь)*
Получился пирожок:
Кушай, кушай,
Мой дружок! *(Делаем вид, что откусываем).*

«Забавные пальчики»

Загибаем пальчики по одному.
Этот пальчик – одуванчик.
Положу его в карманчик.
Этот пальчик – тараканчик,
Убежал он в свой чуланчик.
Этот пальчик – зайчик.
Барабанит в барабанчик.
Этот пальчик – добрый мальчик,
Он уселся на диванчик.
Этот пальчик – девочка,
Рыженькая белочка.
Белка прячется в дупле,
Не найдешь ее нигде.

«Ребята»

Все ребята спать пошли. *(Показываем девять пальцев. Большой палец загнут)*
Только Ваню не нашли.
Где же Ваня?
Нету Вани.
Ищут-ищут – не найдут,

Ну а Ваня тут как тут. *(Разгибаем и показываем большой палец)*

Далее так же ищем указательный палец – Машу, средний палец – Мишу, безымянный палец – Катю, мизинец – Дашу. То же самое показываем на другой руке. Постепенно увеличиваем темп.

«Огород»

В землю семена кладем, *(Указательным пальцем правой руки дотрагиваемся до левой ладошки)*

Их зароем *(Слегка царапаем ладошку)*

И польем. *(Трясем кистью над ладошкой)*

Вырастет капуста. *(Складываем руки в замок)*

Вырастет моркошка. *(Ладони прижимаем друг к другу)*

Лук, *(Вытягиваем по два пальчика на обеих руках)*

Петрушка *(Скрещиваем руки, растопыриваем пальцы)*

И подсолнух, *(Растопыриваем пальцы, руки прижимаем друг к другу тыльной стороной, ладони отгибаем)*

А еще картошка. *(Показали кулачки)*

Будет славный урожай, *(Большой палец вверх)*

Поскорее собирай! *(Пощипываем ладонь).*

«Моем руки»

Моем, моем руки, *(Делаем движения, как при мытье рук)*

Моем, моем чисто.

Чтоб не были руки,

Как у трубочиста.

Мы большой помоем пальчик, *(Правой рукой трем поочередно пальцы на левой)*

Моем указательный.

И про средний не забудем -

Моем обязательно.

А потом и безымянный,

И мизинчик тоже.

Очень радуются пальцы Чистой, нежной коже.

Мы руками потрясем, *(Трясем кистями рук)*

И все капельки стряхнем.

Полотенцем вытираем *(Одна ладонь вытирает другую)*

И к обеду приступаем. *(Правая рука изображает ложку)*

Повторяем упражнение – "моем" пальцы па правой руке.

«Слон»

К нам пришел огромный слон. *(Ставим кисть на четыре пальца – это ноги слона, средний палец вытягиваем вперед – это хобот)*

Деткам кланяется он. *(Сгибаем средний палец)*
Медленно ступает, *(Передвигаем четыре пальца друг за другом – слон ходит)*
Хобот наклоняет. *(Сгибаем средний палец)*
Хочет слоник наш поспать. *(Кладем кисть)*
Положи его в кровать.
Одеялом накрывай *(Накрываем второй ладонью)*
И немножко покачай. *(Качаем)*
Баю-бай! Баю-бай!
Милый слоник, засыпай!

«Пальчики рисуют»

Пишем на ладошке указательным пальчиком, потом средним, потом безымянным, потом мизинчиком.
Нарисует пальчик круг,
А потом овал.
Букву А и букву Б Пальчик рисовал.
Может О нарисовать,
Может цифру 5.
Не устанет никогда
Пальчик рисовать.

«Теремок»

Видишь, в поле теремок? *(Скрещиваем пальцы обеих рук – это крыша домика)*
Из трубы идет дымок. *(Отгибаем мизинец и дуем на него)*
Там живет колючий еж,
(Растопыриваем пальцы)
Муха там живет. *(Скрещиваем руки, машем кистями, как крылышками)*
И веселый петушок
Песенки поет. *(Показываем петушка)*
Если вдруг придет медведь *(Медведь неуклюже идет на двух ногах – указательном и среднем пальцах)*
И разрушит дом. *(Показываем, как сломалась крыша)*
Звери дом большой построят, *(Поднимаем руки, скрещиваем пальцы – это новая крыша).*
Будут жить в другом.

«Борцы»

Соревнуются по очереди все пальцы. Большой с большим, указательный с указательным и т. д. Пальцы хватаются друг за друга и тянут каждый в свою сторону.
Я твой брат, *(Показываем пальцы)*
И я твой брат.

Тянем-тянем мы канат.
Я сильней,
Нет, я сильнее.
Побороться мы сумеем.
Кто победил? *(Показываем победивший палец)*

«Репка»

Тянет репку дедушка, *(Правая рука сжимает пальцы левой и тянет ее)*
Тянет репку бабушка,
Тянет репку внучка,
Тянет репку Жучка,
Тянет репку мышка,
Мышка-шалунишка.
Вытянули репку– *(Показываем кулачок)*
Гладкую и крепкую! *(Гладим кулачок)*

«Дерево»

Из-под серых влажных кочек
Появился вдруг росточек. *(Поднимаем ладони, прижатые друг к другу)*
Крошкой не остался,
Быстро вверх поднялся.
Ветки появились, *(Разводим руки в стороны и вверх, растопыриваем пальчики)*
Листья распустились. *(Разворачиваем ладони наружу)*
Ветер завывает, *(Дуем на ладони)*
Дерево качает. *(Качаем руками.)*
Листья на ветру дрожат, *(Трясем ладонями)*
Отрываются, кружат. *(Крутим кистями)*
Листья падают, кружатся.
Тихо на траву ложатся. *(Кладем руки на колот)*

«Змеи»

Две змеи шипят, шипят, *(Руки – это змеи, они шипят друг на друга)*
Напугать хотят ребят.
Плавно извиваются, *(Волнообразные движения руками)*
Медленно качаются. *(Качаем руками из стороны в сторону)*
Могут подружиться, *(Прижимаем руки друг к другу)*
Могут покружиться. *(Крутим кистями)*
Могут покусаться, *(Змеи щиплют друг друга)*
Могут приласкаться. *(Гладим)*
Могут зацепиться, *(Одна рука держит другую)*
Вместе покружиться. *(Волнообразные движения руками)*
Получился хоровод.

Прячьтесь, змеи! Еж идет! *(Прячем руки подмышки)*

«Суп»

Чтобы вкусный суп сварить, *(Выполняем движение – мешаем ложкой суп)*

Надо овощи помыть. *(Выполняем движение – моем овощи)*

А потом порезать ловко *(Ребром правой руки "режем" по ладошке левой)*

Лук, картошку и морковку.

Чтобы вкусный суп сварить, *(Выполняем движение – мешаем ложкой суп)*

Надо в чан воды налить. *(Складываем из правой руки стаканчик и наливаем)*

И капусту порубить, *(Ребром левой руки рубим ладошку правой)*

И немножко посолить. *(Выполняем движение – солим)*

И еще немножко *(С левой ладошки берем по одному горошку)*

Положить горошку.

Закипела вдруг вода. *(Волнообразные движения руками)*

Значит, суп сварился? Да! *(Киваем).*

«Фигуры»

Пальцы мы сложили вдруг.

Сразу получился... *(Круг) (Складываем из пальцев круг)*

А вот так. Кто угадал?

Что получится?... *(Овал) (Складываем из пальцев овал)*

Вместе три угла сложили - ...

(Треугольник получили) (Складываем из пальцев треугольник)

А потом, потом, потом,

Получился у нас... – *(Ромб) (Складываем из пальцев ромб)*

Я спросить хочу ребят:

– Ну а это что? *(Квадрат) (Складываем из пальцев квадрат)*

«Два маленьких котенка»

Два маленьких котенка *(Два кулачка прижимаем друг к другу.*

Указательные пальцы вытягиваем, двигаем ими из стороны в сторону)

Хвостиками виляют.

Два маленьких котенка

Хвостики наклоняют. *(Наклоняем указательные пальцы)*

Два маленьких котенка,

Пес идет сюда!

Хвостики вы спрятали? *(Прячем пальцы)*

Да, да, да!

Два маленьких зайчонка *(Показываем обеими руками зайчиков)*

Ушками виляют. *(Двигаем пальчиками-ушками)*

Два маленьких зайчонка

Ушки наклоняют. *(Наклоняем ушки)*

Два маленьких зайчонка,

Волк идет сюда!
Ушки свои спрятали? *(Прячем ушки)*
Да, да, да!
Два маленьких мышонка *(Из кулачков вытягиваем четыре пальчика)*
Лапками виляют
Два маленьких котенка *(Болтаем пальчиками)*
Лапки наклоняют. *(Поднимаем вверх и вниз)*
Два маленьких котенка,
Кот идет сюда.
Лапки свои спрятали? *(Прячем)*
Да, да, да!

«Жучок»

Шевелит жучок усами: *(Ставим кисть на пальчики, вытягиваем указательный и средний палец, шевелим ими)*
"Поиграйте со мной сами!
На спину переверните *(Переворачиваем ладонь)*
И живот пощекочите!" *(Щекочем ладонь указательным пальцем правой руки).*

«Спать пора!»

Загибаем пальчики по одному.
Наш котенок хочет спать.
И зайчонок лег в кровать,
И утенок,
И цыпленок,
И чумазый поросенок.
Вот и кончилась игра.
Всем зверьям спать пора!

«Гусенок»

Пальчики, как человечек, идут по ноге до колена.
Шел гусенок по дорожке,
Видит: вкусные горошки. *(Указательным пальцем дотрагиваемся до ладошки)*
Ам-ам-ам, ам-ам-ам! *(Пощипываем ладошку – гусенок ест)*
Никому я их не дам. *(Два пальчика – человечек – идут по ноге до колена)*
Шел гусенок по тропинке.
Видит: вкусные травинки. *(Растопыриваем пальчики)*
Ам-ам-ам, ам-ам-ам! *(Гусенок щиплет пальчики, как травку)*
Никому я их не дам. *(Два пальчика – человечек – идут по ноге до колена)*
Шел утенок через бор
И увидел мухомор. *(Показываем мухомор – к кулачку приставляем указательный палец)*
"Знаю точно я, друзья: *(Гусенок говорит)*

Мухоморы есть нельзя!" *(Качает головой)*.

«Цветочек»

Сжимаем левый кулак. Правой рукой разгибаем пальцы по одному.

Эй, цветочек, мой цветочек,

Открывай свой лепесточек!

Лепесточек наш открыт.

А внутри пчела сидит. *(Складываем правую кисть в щепоть и кружим над цветком)*

Ж-ж-ж!

«Дождик»

Копчиками пальцев стучим по ножкам.

Дождик капает из тучки,

Дождик каплет на дорожки.

Подрастайте, наши ручки! *(Гладим руки)*

Подрастайте, наши ножки! *(Гладим ноги)*

Первый скоро подрастет, *(Тянем за каждый палец по очереди)*

И второй не отстает.

Третий подрастает,

Четвертый догоняет.

Пятый стал совсем большой,

Подрастает и шестой.

А седьмой, седьмой, седьмой станет больше, чем восьмой.

А потом девятый станет выше брата.

Дождик все сильней, сильней! *(Трясем кистями рук)*

Наши пальцы все длинней! *(Растопыриваем пальцы, поднимаем вверх)*.

«Мальчик-с-пальчик»

– Мальчик-с-пальчик, в лес ходил? *(Пальчики, как человечек идут по ладошке)*

– Да-да-да, да-да-да.

– Сколько ты нашел грибов?

– Целых два, целых два. *(Показываем два пальца)*

– А орехов?

– Целых три, целых три, *(Показываем три пальца)*

Их в лукошке посмотри, посмотри. *(Складываем из пальцев лукошко)*

А потом попался волк. *(Показываем волка)*

Ой-ой-ой! Ой-ой-ой! *(Скрещиваем руки на груди, боимся)*

Он зубами щелк да щелк! *(Стучим пальцами по большому пальцу – это зубы)*

Ой-ой-ой! Ой-ой-ой! *(Скрещиваем руки на груди, боимся)*

Как же быстро я бежал! *(Два пальчика бегут по ладошке)*

Топ-топ-топ, топ-топ-топ!

Ну а волк свалился в яму:
Шлеп-шлеп-шлеп, шлеп-шлеп-шлеп! *(Хлопаем ладонями по ногам)*

«Я рисую»

Указательным пальцем правой руки рисуем на левой ладошке все, о чем говорится в стихотворении.

Я сижу рисую
Речку голубую, *(Рисуем волнистую линию)*
Солнышко лучистое, *(Кружок)*
Облако пушистое. *(Овал)*
Травка подрастает, *(Линии)*
Бабочки летают. *(Многоточие)*
Только вдруг закапал дождь *(Кончиками пальцев касаемся ладошки)*
На моей картинке,
Все: и бабочек, и травку -
Залили дождемки.
А потом настала ночь— *(Трем правой ладошкой о левую)*
Черным все закрашу.
Ничего теперь не видно,
На рисунке нашем.

«Путешественники»

Кладем ладонь на тыльную сторону другой ладони. Большие пальцы вытягиваем в стороны – выполняем движения, как будто самолет летит.

Мы летим на самолете
Высоко-высоко!
Мы плывем на пароходе *(Волнообразные движения рукой)*
Далеко-далеко!
На ракете мы летим, *(Складываем ладони вместе, поднимаем вверх)*
Быстро на машине мчим. *(Зигзагообразные движения рукой)*
А теперь на паровозе *(Руки сгибаем в локтях, сжимаем кулаки, вращаем руками)*
Чух-чух-чух! Чух-чух-чух!
Быстро-быстро мчится поезд,
Во весь дух, во весь дух.
А теперь мы отдохнем. *(Кладем руки на колени)*
Завтра снова в путь пойдем.

«Дорожка»

Дорожка – тыльная сторона руки. От сгиба локтя до ладони движется кисть на пальчиках, имитируя походку животных.

Вот по узенькой дорожке
Медленно крадется кошка.
А потом прошелся слон

Весом ровно десять тонн.
Вот лошадка пробежала.
И корова прошагала.
Муравьишка пробежал.
И зайчишка проскакал.
Дворник тут с метлой пришел
И дорожку всю подмел. *(Правой кистью подметаем дорожку).*

«Забор»

Растопыриваем перед собой все десять пальцев – это забор.
Вот забор большой стоит.
Кто из-за него глядит? *(Выглядываем из-за забора.)*
Может, зайчик? *(Показываем зайчика)*
Нет, нет, нет. *(Качаем головой)*
Может, кошка? *(Делаем ушки на голове)*
Тоже нет. *(Качаем головой)*
Может, северный олень *(Растопыриваем пальцы, скрещиваем руки над головой)*
Здесь пасется целый день?
Может, это смелый гусь: *(Показываем гуся)*
"Никого я не боюсь!" *(Гусь говорит)*
Может, это петушок– *(Показываем петушка)*
Золотистый гребешок?
Это пес там лает, *(Показываем собаку. Она лает)*
Дом свой охраняет.

«Часы»

Имитируем движения, описанные в стихотворении.
Если бьет девятый час,
Пальцы моются у нас.
Если бьет десятый час,
Пальцы в сад идут у нас.
Если бьет уж первый час,
Пляшут пальчики у нас.
Если бьет уж третий час,
Пальцы прыгают у нас.
Если бьет четвертый час,
Пальцы плавают у нас.
Если бьет девятый час,
Пальцы кушают у нас.
Если бьет десятый час,
Пальцы спать идут у нас.

«Две сороконожки»

Две сороконожки (*Кисти ставим на пальчики – это сороконожки, они бегут по ножкам*)

Бежали по дорожке.

А потом кричали:

– Купите нам сапожки!

Посажу на стульчик (*Переворачиваем кисть, на каждый пальчик надеваем сапожок*)

Я сороконожку.

И на ножку каждую

Надену по сапожку.

Чтоб по улицам ходить, (*Быстро-быстро стучим пальчиками по ножкам*)

Громко каблучками бить!

«Дом»

Молотками мы стучали, (*Имитируем движения*)

В доски гвозди забивали.

Красили, пилили,

Потолок белили.

Получился новый дом

Вот с таким большим окном. (*Описываем руками большую окружность*)

Мы по лесенке бежали (*Человечек бежит по ступенькам-пальчикам*)

И в квартиру постучали.

Тук-тук-тук! (*Стучим*)

Солдаты

Два пальца на каждой руке – человечки. Они маршируют, высоко поднимая "колени".

Аты-баты, аты-баты!

Мы отважные солдаты!

А теперь, ребятки, (*Показываем две руки с растопыренными пальцами*)

Встали по порядку!

Каждого мы знаем.

Всех пересчитаем. (*Считаем пальцы, загибая их*)

Первый, второй, третий, четвертый, пятый,

Шестой, седьмой, восьмой, девятый, десятый.

Слышишь колокольный звон?

Выходи из строя вон!

Первый, пятый и седьмой. (*Разгибаем и показываем только те пальцы, которые называются*)

И четвертый, и восьмой.

А теперь шестой, десятый,

Третий и второй, девятый.

Вы, ребята, – молодцы! (*Показываем большие пальцы*)

Настоящие бойцы!

«Кто это?»

Из пальцев складываем колечки, прижимаем их к переносице, мизинцы подняты вверх.

Кто это такая?

Совушка лесная.

Это кто такая?

Бабочка порхает. *(Скрещиваем руки и машем ими)*

Это кто такой?

Попугай смешной. *(Приставляем ладонь с растопыренными пальцами к голове – попугай)*

Это кто такой?

Гномик с бородой. *(Кисти прижимаем к подбородку, болтаем пальчиками)*

Это кто такие?

Зайцы озорные. *(Показываем обеими руками зайчиков)*

Это что такое?

Яблоко большое. *(Двумя руками показываем шар)*

Это что такое?

Солнце золотое? *(Прижимаем две кисти запястьями друг к другу, пальцы растопыриваем).*

1.2. ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ (УПРАЖНЕНИЯ) С ПРЕДМЕТАМИ

Предложенные игры и упражнения с различными предметами можно проводить с детьми как индивидуально, так и использовать, как элемент группового занятия.

Все описанные упражнения просты в технике, но вместе с тем при регулярном использовании в работе с детьми обеспечивают хорошую тренировку пальцев и подготовку мышц руки к письму. Использование упражнений с предметами оказывает тонизирующее влияние на функциональное состояние мозга и развитие речи детей, вызывая у них эмоциональный подъём и разрядку нервно – психического напряжения.

С трёхгранными карандашами

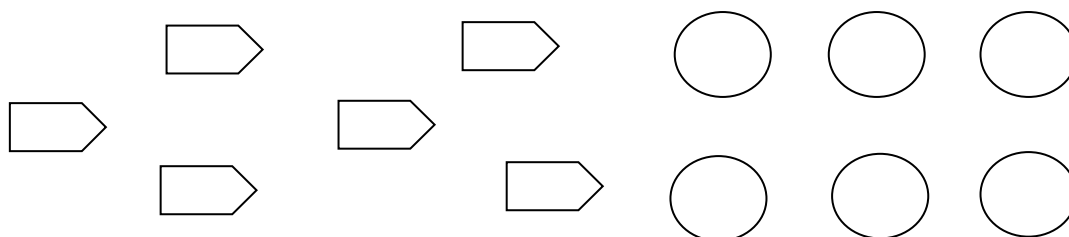
Для выполнения упражнений необходимы не заточенные трехгранные карандаши, валик.

«Ходули»

С помощью двух карандашей изобразить, как передвигаются на ходулях:

*Человечек не скучает,
По тропиночке шагает,
Он к болоту подошел
И по кочкам всем прошел.*

(можно предложить нарисованную дорожку. См. ниже)



«Перехваты»

Перехватывать карандаш согнутыми указательными пальцами левой и правой рук

*Словно ловкими жучками,
Пальчиками, как крючками,
Перехватим карандаш.*

«Дудочка»

Взять карандаш большим и указательным пальцами и, не помогая себе другой рукой, перехватить его большим и средним пальцами, большим и безымянным и т.д.

*Пальчики не отдыхают,
Карандаш перебирают,
Как на дудочке играют.*

«Согреваем ладошки»

Сжать валик между ладонями при счете от 1 до 5, затем под счет от 6 до 10 расслабить руки, удерживая валик; на счет 1 сильно сжать валик между ладонями, на счет 2 расслабить руки, удерживая валик. Повторить несколько раз.

Катать валик или карандаш:

- по столу ладонями;
- по столу подушечками пальцев;
- между ладошек:

*Карандаш, в руках катаем
И ладошки согреваем.
Очень быстро мы катаем,
Никогда не замерзаем.*

Силу нажима и темп вращения следует постепенно увеличивать.

«Собираем брёвнышки»

Поднять со стола карандаш или счетную палочку: большим и указательным пальцами, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем

Братья помогают папе,

*Старший братик и меньшей,
Очень ловко и умело,
Поднимают груз большой.*

- одними и теми же пальцами разных рук;
- одной рукой за два конца (счётные палочки).

Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой, после чего двумя руками одновременно.

«Дрова»

Необходимо собрать одной рукой как можно большее количество карандашей или счётных палочек

*Грузовик привез дрова,
Соберем их со двора.*

Повторить упражнение второй рукой.

«Дятел»

Держать карандаш большим и средним пальцами и постучать по нему указательным

*Дятел, дятел постучи.
Где сидишь ты? Покажи*

«Точилка»

Зажать в левом кулаке один конец карандаша, а пальцами правой руки крутить другой конец карандаша. Прокручивание карандаша можно делать двумя пальцами, меняя их. Затем руки поменять:

*Мы точилочку берем,
Карандаш в нее кладем.
Будет острым наш
Синий карандаш.*

«Колодец»

Необходимо взять из кучки карандашей один из них двумя пальцами так, чтобы остальные не передвинулись;

Возможно введение игрового элемента в упражнение при наличии двух и более участников, которые по очереди достают карандаши. Если карандаши передвинулись — игрок пропускает ход. Выигрывает участник, у которого по окончании игры окажется больше карандашей. Заключительным этапом игры может стать построение колодца:

*Ровно брёвнышки кладём,
Мы колодец соберём,
Чтоб была у нас всегда.
Очень чистая вода.*

или выкладывание различных фигур из собранных карандашей.

«Маятник», «Качели»

Необходимо взять карандаш поочередно большим и указательным пальцами, большим и средним и т.д., расположить ее вертикально и начать раскачивать – «маятник»

взять карандаш за его середину большим и указательным пальцами и начать его раскачивать — «качели».

«Учусь правильно писать»

- покрутить карандаш большим, средним и указательным пальцами одной руки, затем другой, после чего двумя руками одновременно (для детей 4 лет);
- положить карандаш на ладонку и прокрутить его всеми пальцами руки, не помогая себе другой;
- взять трехгранный карандаш, расположив большой, указательный и средний пальцы на разных гранях (как при письме). Удерживать его в таком положении под счет от 1 до 5, затем:

а) поочередно отрывать пальцы от карандаша под счет от 6 до 10;

б) стучать по карандашу поочередно указательным, большим и средним пальцами

*Учусь я карандаш держать,
Чтоб буквы правильно писать.*

«Гусеница»

Передвигать карандаш вверх и вниз, удерживая его тремя пальцами:

Гусеница вверх и вниз ползет —

С веточки не упадет.

- постучать по карандашу поочередно указательным, большим и средним пальцами;
- подвигать карандаш вверх и вниз, удерживая его тремя пальцами;

Упражнение выполняется сначала ведущей рукой, затем другой, после чего двумя руками одновременно.

Пальчиковые игры (упражнения) со шнурком

Для выполнения упражнений необходимо подготовить шнурки, цветные веревочки различной длины, карандаши.

«Узелки»

Предложить ребенку:

- перехватить несколько раз веревочку за узлы;

- показать, как развязывать и завязывать узелки, бантики.

«Змейка»

Предложить ребенку покрутить шнурок между подушечками большого и указательного пальцев, большого и среднего и т.д.:

Вот сегодняшний урок:

У меня в руках шнурок.

Змейкой извивается,

Вперед ползти пытается.

«Накрути»

Намотать веревочку (шнурок) на палочку или нитку на катушку.

2. ИМИТАЦИОННЫЕ (ПОДРАЖАТЕЛЬНЫЕ) ИГРЫ

Имитационные движения имеют большое значение в обучении детей дошкольного возраста разнообразным видам движений и игровым упражнениям. С подражания образу начинается познание ребенком техники движений, спортивных и танцевальных упражнений, игр, театрализованной деятельности и т.д. Это самый доступный детям способ восприятия любой двигательной деятельности. Например, попробуйте объяснить ребенку технику ползания с опорой на ноги впереди, а на руки сзади, за спиной. Вас ребенок не сразу поймет, а трудность выполнения данного движения вызовет нежелание его продолжать.

Но скажете «Паучок», покажете движение, и ребенок преодолеет любое двигательное препятствие, потому что это уже игра. А дальше ваш «паучок» будет ползать с подниманием и опусканием живота (для укрепления мышц), прыгать на двух ногах, подскакивать с ноги на ногу, кружиться и вертеться на двух ногах и одной руке, а это уже и танцевальные движения.

Это игры, в которых дети не ограничивают себя в движениях мимике, разнообразные игры, связанные с игровой передачей различных образов - веселых котят, птиц, бабочек, легких снежинок, - способствуют развитию воображения и творчества, так же, как и игры с элементами ряженья, театра. Фантазия в этих играх "льется через край", как у педагога, так и у детей.

Игра – это не только имитация жизни, это очень серьезная деятельность, которая позволяет ребенку самоутвердиться, самореализоваться. Участвуя в различных имитационных играх, ребенок выбирает для себя персонажи, которые наиболее близки ему, соответствуют его нравственным ценностям и социальным установкам. Игра становится фактором социального развития личности.

2.1. МЛАДШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

«Петушок»

Ребята, давайте все превратимся в петушков и пойдем, погуляем.

Дети принимают позу петушка (голова прямо, грудь вперед, руки чуть назад ладошками вверх, идут высоко поднимая ноги).

Вышел петушок со двора погулять ... и забрел в лес, а навстречу ему мишка. Как медведь ходит и рычит? *(Дети показывают.)* «Не пугай меня медведь!» - сказал ему петушок и пошел дальше... Идет, а навстречу ему зайка. Покажите, как зайка скачет. *(Дети показывают.)* «А я тебя, зайка не боюсь!» - сказал петушок и продолжил путь. ... Шел он, шел и пришел к себе во двор, нашел зернышки и стал клевать их.... Наелся петушок, радостно захлопал крыльями ... и закричал... *(Дети все изображают).*

Эту игру можно усложнять, добавляя в рассказ других персонажей: волка, лису, лягушку на болоте, цаплю на одной ноге и т. п. и использовать для среднего и старшего дошкольного возраста.

«Озорные котята»

Ребята, давайте превратимся в озорных котят *(Дети присели на корточки и «заснули»)*.

Озорной котенок спал в кресле, но вот он проснулся, потянулся и стал точить свои коготки.... Он, то выпускал их, то снова убирал. Надоело непоседливому котенку точить коготки, спрыгнул он с кресла и побежал.... Бежал, бежал котенок, увидел клубочек и стал с ним играть. Сначала он его катал, а потом стал подбрасывать.... Наигравшись в клубочек, котенок снова стал точить коготки.... Вскоре, устав играть, котенок снова уснул...

Дети под музыку, слушая рассказ, имитируют движения котенка (точат коготки о мебель, играют с мячом, потягиваются).

«Цветок»

Ребята, сегодня мы с вами превратимся в цветы *(Дети присели на корточки, положили голову и руки на колени и закрыли глаза)*.

Из земли появился маленький росток. Он рос медленно, не спеша, словно тянулся к солнцу, и вот появился бутон. Цветок раскрыл один лепесток *(Движение правой руки снизу в сторону)*, затем раскрыл другой лепесток *(Движение левой руки снизу в сторону)*, потянулись к солнцу еще два лепестка *(Движение обеих рук снизу-вверх)* и цветок раскрылся. Подул слабый теплый ветерок и цветок закачался от легкого дуновения. Мимо пролетала пчела и с радостью села на цветок.

(Дети имитируют жужжание пчелы, показывая «маленькие крылышки», и присаживаются на корточки).

«Холодно — тепло»

Дети сидят на ковре, сложив ноги по-турецки. Взрослый говорит: «Подул северный ветер. Стало холодно-холодно». *(Малыши сжимаются в комочки,*

скрестив руки на груди). На слова взрослого «Но выглянуло солнышко. Стало тепло-тепло. *(Дети расслабляются, обмахиваются платочками)*.

«Котятки»

Все котятки мыли лапки:
Вот так, вот так!
Мыли ушки, мыли брюшки:
Вот так, вот так!
А потом они устали,
Сладко-сладко засыпали:
Вот так, вот так!

«Весёлый гном»

Жил да был весёлый гном
(Дети поднимают руки над головой, изображая колпак)
С круглыми ушами.
(Описывают вокруг ушей большие круги)
Он на сахарной горе
(Локти на столе, руки прямо, ладони сложены так, чтобы образовался треугольник)
Спал под воротами.
(Пальцы изображают ворота.)
Вдруг откуда ни возьмись
Великан явился.
(Руки высоко подняты над головой)
Скушать гору он хотел
(Движения, будто едим руками),
Только подавился!
(Хватаем воздух ртом и надуваем щеки)
Ну, а что весёлый гном?
Так и спит глубоким сном!
(Дети изображают спящего гнома).

«Рыбаки»

В синем небе облака.
(Встаём на носочки, поднимаем руки вверх)
Под горой бежит река.
(Приседаем, руки вперёд)
Рано утром из реки *(встали)*
Тянут сети рыбаки.
(Имитируем движение, как бы перебирая руками сеть)
Много рыбы наловили, *(Разводим руки в стороны)*
Вкусную уху сварили. *(Выполняем круговые движения рукой, как бы помешивая уху в котелке)*
Ах!

«Ласковые травинки»

Цель игры: развитие эмпатии, толерантности, сплочение детей, накопление позитивных эмоций в процессе взаимодействия, удовлетворение потребности каждого в признании нужности, ценности и важности в глазах окружающих.

Дети встают в круг, соприкасаясь плечами. Выбирается "рыбка", она плавает вокруг круга и пытается вплыть внутрь. Дети вместе с психологом начинают играть.

Выросли на дне реки

Тонкие травинки, *(Дети медленно встают, поднимая сомкнутые руки вверх).*

Тихо шевелит вода

Листики - пластинки. *(Качаются, покачивая поднятыми руками вправо- влево.)*

Мимо травки под водой

Рыбка проплывает. *("Рыбка" плавает вокруг, пытаясь проникнуть в круг).*

Хочет в круг она попасть,

А травка не пускает. *("Травинки" смыкаются теснее, не дают "рыбке" заплывать в круг).*

Рыбка легким плавничком

Травку приласкает. *("Рыбка" ласково трогает ребенка, гладит его по спинке).*

Расступается трава,

В круг свой приглашает. *(Дети дают "рыбке" проход, "Рыбка" вплывает внутрь круга).*

Дети со словами: "Мы тебя любим, мы тебя знаем, в наш дружный круг мы тебя принимаем", - легонько касаются "рыбки", гладят ее по спинке, плечам головке. Затем роль рыбки передается тому, кого коснулась "рыбка". Игра продолжается, пока все дети не побывают в роли "рыбок" и "травинок". Затем обсуждается, кому какая роль понравилась больше и почему.

«Я хочу с тобой дружить»

Цель: способствовать проявлению приязни, дружелюбия, объединению детей, проявлению активности, самопринятию.

Взрослый говорит детям о том, что он хочет научить их игре с клубочком. Он берет клубок цветных ниток и обматывает кончик вокруг пальца со словами:

В руки я клубок возьму,

Пальчик обмотаю,

А кому его отдам -

Мы сейчас узнаем ... *(Воспитатель обматывает палец)*

Буду так я говорить:

Я хочу с тобой дружить! *(Передает клубок ребенку)*

/имя/... клубок возьмет,

Пальчик обмотает.
А кому его отдаст,
Мы сейчас узнаем. *(Ребенок обматывает нитку вокруг пальца)*
Буду так я говорить:
Я хочу с тобой дружить! *(Ребенок произносит слова и передает клубок другому ребенку)*

Игра продолжается до тех пор, пока клубок не вернется ко взрослому (он должен обойти всех детей).

Взрослый предлагает детям закрыть глаза и легонько натянуть ниточку, чтобы почувствовать друг друга, понять, что все играющие тесно связаны и дружны.

Игру лучше проводить с новыми детьми в период адаптации.

«Нехочуха»

Цель: разрядка агрессивных импульсов, снятие мышечного и эмоционального напряжения, развитие чувства юмора, раскрепощение.

Взрослый предлагает поиграть, начиная выполнять движения со словами:

Я сегодня рано встал,
Я не выспался, устал ... *(Потягивается)*

Продолжает потягиваться.

А мама в ванну приглашает,

Умываться заставляет!

У меня надулись губы,

И в глазах блестит слеза.

Целый день теперь мне слушать:

- Не бери, поставь, нельзя!!! *(Показывает руками. Имитируют умывание лица. Опускает голову, дуется. Вытирают "слезы". Топает ногой. Указывает в стороны пальцем)*

Я ногами топочу, я руками колочу...

Не хочу я, не хочу!!! *(Топает, колотит по столу, коленям.*

Продолжает стучать и топтать)

Тут из спальни папа вышел.

- Почему такой скандал?

Отчего, ребенок милый,

Нехочухой ты стал? *(Ходит медленно, широко шагая.*

Изображает удивление разводя руками)

Обращается к детям. Снова разводит руками.

А я ногами топочу, я руками колочу...

Не хочу я, не хочу!!! *(Топает, колотит по столу, коленям)*

Продолжает стучать и топтать.

Папа слушал и молчал,

А потом он так сказал:

- Будем вместе топотать,

и стучать, и кричать ...

С папой мы поколотили, и еще поколотили ...

Так устали! Прекратили... *(Продолжают топать и стучать)*

Шумно выдыхают "фуу", останавливаются.

Дети повторяют все движения за взрослым. Игра прекращается, если переходит в баловство и кривлянье.

Взрослый говорит: " Это была игра. Мы немножко пошалили, а теперь снова станем обычными детьми и займемся другими делами (вариант дальнейшей деятельности определяется взрослым заранее). Игру лучше начинать с небольшой подгруппой детей, чтобы контролировать ситуацию.

«Котенок»

Цель игры: развитие эмпатии, повышение самооценки, уверенности в себе.

Дети садятся на пол в круг, на колени. Передними рассыпаны мягкие клубочки (помпоны) по количеству играющих.

Мы котеночка нашли

И с земли подняли. *(Каждый выбирает себе клубок)*

Кладут клубок на колени.

Нежно трогали его,

Гладили, ласкали... *(Осторожно трогают пальчиком)*

Гладят, пальцем, ладошкой.

Положили на ладонь,

А другой прикрыли... *(Кладут на ладошку)*

Накрывают котенка

Тихим голосом ему

Так мы говорили:" *(Дышат в ладошки)*

Ты поспи, хороший мой,

Ты не бойся, я с тобой." *(Наклоняются к ладошкам)*

тихонько шепчут.

Котик спит спокойным сном,

Его в корзинку отнесем. *(Опускают сложенные ладошки)*

Встают и несут "котенка".

Осторожненько положим,

Сон его не потревожим. *(Кладут осторожно в корзинку)*

Отступают на шаг.

Отойдем тихонько мы,

Не нарушим тишины. *(Отступают медленно назад)*

Садятся на ковер.

Сидя произносят: "Т-с-с-с" и сидят без движения. Игра заканчивается тогда, когда кто-то из детей пошевелится.

«Раз, два, три»

Цель: развитие внимания, сообразительности, наработка умения ориентироваться в пространстве относительно себя.

Дети стоят в шеренгу по одному. Говорят, и выполняют движения. После того, как дети достаточно усвоят правила игры, встают в круг или в произвольном порядке. Каждый ребенок должен найти свой вариант ответа.

Раз, два, три, раз, два три, (Хлопают справа и слева от себя)

Ты вокруг посмотри ... (Поворачивают корпус вправо-влево)

Покрутись, повертись, (Крутятся вокруг себя)

А теперь остановись. (Останавливаются)

И направо покажи, (Крутятся вокруг себя. Показывают руками вправо)

Что увидишь, расскажи. Каждый рассказывает, что видит.

Игра повторяется, дети показывают налево, вперед, вниз, вверх и назад. Когда показывают назад, говорят: "Что ты помнишь, расскажи".

«Озорной воробей»

Цель: отработка умения управлять своим и движениями, развитие сосредоточения.

Воробей по лужице, (Шлепают руками по бокам)

Прыгает и кружится. (Крутятся вокруг себя)

Крылья звонко хлопают, (Хлопают руками по бокам)

Лапки быстро топают, (Топают ногами по очереди)

Брызги в стороны летят, (Пальцы веером, руки подняты вверх)

Воробьишку веселят. (Крутят головой из стороны в сторону).

«Кулачки»

Цель: дать почувствовать разницу между напряжением и расслаблением (неприятно, тяжело - приятно, легко), учить контролировать свои движения, ослабление мышечных зажимов, снятие напряжения, усталости.

Взрослый начинает игру, предлагая детям повторять движения за ним:

Руку мы в кулак сожмем,

И к себе ее прижмем.

И другую мы сожмем,

И к себе ее прижмем.

Будем злиться и ворчать,

Кулаки сильнее сжимать! (Сжимает одну руку в кулак)

Прижимает сжатый кулак к груди.

Сжимает крепко второй кулак.

Прижимает сжатый кулак к груди.

Хмурятся, произнося "бу - бу - бу"!

Продолжают ворчать, кулаки сжаты.

Взрослый спрашивает детей, приятно ли им так держать кулаки.

Выслушивает ответы и продолжает игру.

Ваши пальчики устали,

Кулаки сжимать не стали.

Злость совсем уже прошла,

Отдых детям принесла. *(Медленно разжимают кулаки)*

Встряхивают ладони, шевелят пальцами.

Кладут руки свободно на колени.

Взрослый спрашивает, как они чувствовали себя с крепко сжатыми кулаками и что чувствуют теперь, когда напряжение ушло.

При желании игру можно повторить для закрепления ощущений напряжения и расслабления.

«Пчелка на лугу»

Цель: активизация позитивных эмоций, развитие эмпатии, снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Взрослый предлагает вспомнить лето и поиграть, повторяя вместе с ним:

На лугу жужжит пчела,

Беззаботна, весела.

Сунет пчелка нос в цветок:

Много меда наберет!

Понесет его домой,

Будет есть его зимой.

Крепким сном заснет потом,

Снег укроет пчелкин дом.

Солнца луч ее коснется,

Она услышит и проснется! *(Произносить "ж - ж - ж")*

Улыбаются, машут "крыльями".

Прячут лицо в ладони "ковшиком".

Поднимают и снова "набирают мед".

Ладони "ковшиком" перед собой.

Чмокают, "слизывают мед" с ладоней.

Ладони под щеку, глаза закрыты.

Взрослый гладит детей по спинкам.

Взрослый "пробегают" руками по спинам.

Открывают глаза, потягиваются ...

«Дождевая тучка»

Цель: накопление позитивных эмоций, развитие эмпатии, снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Взрослый берет листы газет или другой ненужной бумаги и предлагает детям порвать их на мелкие кусочки. Дети рвут и прислушиваются к звуку рвущейся бумаги, пытаются определить, на что этот звук похож. Когда бумага порвана и около каждого ребенка образовалась кучка, взрослый начинает игру:

Тучка по небу летела,

На ребят она глядела,

Тучка капель набрала,

И ребяток полила. *(Берет свои кусочки и подбрасывает вверх)*

Посыпает детей.

Тучка, тучка, нас полей,
Лейся, дождик, веселей. (*Продолжает осыпать детей "дождем"*)
Дети присоединяются и посыпаются кусочками бумаги (на себя, на других детей, на взрослого). Взрослый продолжает:

Тучки малые летят,
Всех дождем полить хотят!
Дождик, лей, дождик, лей!
Дождик, капель не жалеи! (*"Поливаются" пока есть капли*)
Взрослый продолжает:
Дождик нас повеселил,
Лужу мокрую налил.
Солнце, солнце, поспеши,
Нашу лужу просуши! Все вместе собирают кусочки бумаги.
Когда капли собраны, взрослый говорит:
Улетает тучка, тучка - летучка.
Прилетай ты к нам опять,
Будем мы еще играть!

Игру лучше проводить с подгруппой детей, чтобы вовремя заметить снижение интереса к происходящему и завершить игру.

«Отдыхалка»

Цель: наработка опыта управления своим телом, развитие эмпатии, чувства юмора.

Мы не прыгаем, не скачем,
Отдыхаем мы иначе:
Вот тихонько кот ползет,
А медведь наоборот:
Вперевалку мишка ходит,
Много шума производит!
Зайка столбиком стоит,
Во все стороны глядит.
Воздух нюхает лисица:
Чем тут можно поживиться?
Белка носится по веткам,
Шишки собирает деткам.
Волк с утра сидит в засаде,
На полянку молча глядя ...
Может, зайчика придет
Ко мне в лапы попадет!
Тут сорока пролетала,
Всем про волка рассказала! (*Отрицательный жест пальцем*)

Ползут на четвереньках вперед.

Переваливаются с ноги на ногу.
Идут вперед с громким топотом.
Замирают, прижав руки к груди.

Вертят головой в разные стороны.
Вытягивают шеи, шумно вдыхают.
Водят носом в разные стороны, вверх-вниз.
Бегают в разных направлениях.
Имитируют сбор шишек руками.
Приседают на корточки.
Ладони по очереди козырьком к голове.
Оглядывается вокруг.
Обнимают сами себя за бока.
Машут руками, как крыльями.
Машут перед собой ладошками.

2.2. СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

«Угадай, что делали»

Одного из играющих - отгадчика - просят выйти из комнаты. В его отсутствие ребята договариваются о том, какое действие будут изображать. Вернувшись, отгадчик обращается к ним с такими словами:

- Здравствуйте, ребята! Где вы были, что вы видели?

Играющие отвечают:

- Что мы видели - не скажем, а что делали - покажем. И начинают изображать какое-либо действие, например, играют на баяне, балалайке, скачут на лошади, едут на велосипеде, гребут, плавают и т. д.

Отгадчик по их движениям должен определить, чем они занимались. Если он догадается, выбирают другого отгадчика, а если ошибется, то должен снова удалиться, чтобы дать возможность играющим задумать другое действие.

Можно провести игру и по-другому. Играющие делятся на две группы и улавливаются, кто будет загадывать, а кто отгадывать. Отгадчики уходят в соседнюю комнату, остальные ребята улавливаются, какую профессию будут изображать. Когда отгадчики вернуться, им задают вопрос:

- Вам работники нужны?

- А что вы умеете делать? - спрашивает в свою очередь кто-либо из отгадчиков.

В ответ на это ребята начинают изображать то, что задумали. Например, они показывают работу в столярной мастерской, причем все делают разное: один строгает, другой пилит, третий вколачивает гвозди и т. п. Изображать можно любую работу, которая знакома ребятам. Если отгадчики ответят правильно, группы меняются ролями.

«Мы тоже можем так»

Играющие образуют круг и расходятся на ширину вытянутых рук. Руководитель читает стихотворение С. Михалкова «Так». После слов «Мы

тоже можем так» ребята вслед за руководителем проделывают те движения, которые он им показывает:

Зимой и летом, круглый год,

Журчит в лесу родник.

В лесной сторожке здесь живет

Иван Кузьмич - лесник.

Стоит сосновый новый дом:

Крыльцо, балкон, чердак.

Как будто мы в лесу живем,

Мы поиграем так:

Смотри скорей, который час!

Тик-так, тик-так, тик-так,

Налево - раз! Направо - раз!..

Мы тоже можем так!

Кладут руки на пояс, нагибаются сначала в правую, потом в левую сторону.

Чтоб стать похожим на орла

И напугать собак,

Петух расправил два крыла...

Мы тоже можем так!

Вытягивают руки в стороны, плавно поднимают и опускают их.

Пастух в лесу трубит в рожок -

Пугается русак.

Сейчас он сделает прыжок...

Мы тоже можем так!

Приседают на корточки, руки поднимают к голове, вытягивают указательные пальцы, изображая заячьи уши, прыгают на месте.

Идет медведь, шумит в кустах,

Спускается в овраг...

На двух ногах,

На двух руках...

Мы тоже можем так!

Становятся на четвереньки, передвигаются сначала в одну, потом в другую сторону.

Иван Кузьмич сказал: «Пора!

Заждался мой земляк.

Я выезжаю со двора...»

Мы тоже можем так!

Подражая милиционеру, руками показывают путь в одну, а потом в другую сторону.

Иван Кузьмич принес хомут

И Ласточку запряг,

И вожжи взял,

И новый кнут...

Мы тоже можем так!

Становятся парами. В каждой паре один - кучер, другой - лошадь. Кучера запрягают своих лошадей (можно дать каждому кучеру веревочку).

Сначала рысью, а потом

Сменили рысь на шаг,-

Конь через мост идет шажком...

Мы тоже можем так!

Играют в лошадки. Бегут по кругу сначала в одну сторону, потом в другую рысью, а потом шагом.

Теперь пора и отдохнуть:

Устали как-никак!

Поесть, попить и снова в путь...

Мы тоже можем так!

Приседают и движениями показывают, как наливают чай, размешивают сахар ложечками, нарезают бутерброды, потом пьют, едят и после этого отправляются в обратный путь под веселую песню.

«Гостыюшка»

По Е. Благиной

Кого-нибудь из играющих выбирают гостыюшкой. Гостыюшка надевает платочек, входит в середину круга, кланяется всем и говорит:

- Вот я и пришла к вам в гости.

Ребята отвечают:

- Очень рады, что пришли.

Гостыюшка улыбается, оглядывает всех и спрашивает:

- Расскажите мне, ребята,

Как денек вы провели.

Ребята дружно отвечают:

- Все расскажем по порядку -

Утром делали зарядку!

- Как? - спрашивает гостыюшка.

- Вот этак и вот так,

Еще этак и вот так,-

отвечают ребята и показывают, как делали зарядку.

- А потом? - спрашивает гостыюшка.

- За завтрак сели,

Без остатка все поели.

Как?

- Вот этак и вот так,

Еще этак и вот так!

Ребята показывают, как ели кашу, пили молоко, утирались салфетками, благодарят за завтрак.

- А потом? - снова спрашивает гостыюшка.

- В лесу гуляли

И грибы там собирали.

- Как?

- Вот этак и вот так,

Еще этак и вот так!

Ребята показывают, как наклонялись, собирали грибы и клали в лукошко.

- А потом?

- Потом купались,

В речке плавали, плескались.

- Как?

- А вот этак и вот так,

Еще этак и вот так!

Ребята ложатся на ковер (на траву), кувыркаются, плещутся, плавают.

- А потом?

- Обедать сели,

С аппетитом все поели.

- А потом?

- Легли потом

И заснули крепким сном.

Все укладываются спать, посапывают, похрапывают. Тогда гостыюшка говорит:

- Ну, я вижу, ребятишки,

День вы славно провели.

До свиданья!

Ребята кланяются, хором говорят:

- До свиданья!

Очень рады, что пришли!

Приходите завтра днем,

Мы вам песенку споем!

- Как? - спрашивает гостыюшка.

Ребята запевают свою любимую песню. Когда песня кончается, гостыюшка говорит:

- Я не очень-то спешу,

Коль попросите - спляшу.

- Как? - кричат ребята.

- Вот этак и вот так,

Еще этак и вот так, -

приговаривает гостыюшка и пускается в пляс.

Все ребята берутся за руки и пляшут вместе с гостыюшкой.

«Пантомима»

Вызывают двух играющих. Они становятся лицом к зрителям, но друг друга видеть не должны (разделить их можно ширмой, занавеской, шкафом и т. п.).

Играющие одновременно движениями, мимикой изображают то, что предлагает им руководитель. Зрители оценивают, кто сумел это сделать лучше. Можно, например, предложить играющим изобразить:

- 1) человека, ожидающего зимой на улице автобус в сильный мороз;
- 2) пациента у зубного врача;
- 3) болельщика на футбольном матче; -

4) ученика-выскочку, торопящегося дать ответ; и т. п. Можно читать вслух стихотворение или басню (подбирать такие, где много действий) и предложить играющим иллюстрировать их своими движениями.

Дети бывают очень изобретательными и непосредственными в таких играх.

3. ИГРЫ (МАЛОПОДВИЖНЫЕ) С РЕЧЕВЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ

Подвижные игры широко используются в детском саду как самостоятельная форма работы по физическому воспитанию, однако практический опыт показывает, что подбор малоподвижных игр в настоящее время ограничен, в связи с их немногочисленностью.

Цель этих игр – снижение физической нагрузки, т.е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному.

В играх малой подвижности движения выполняются в медленном темпе, к тому же интенсивность их незначительна.

Спецификой данного вида игр является способ организации детей (круг, врассыпную, шеренга и др.), движения, которые включаются в игру, методика проведения игры (выбор игры, место проведения, подготовка к игре, сбор детей на игру, объяснение игры, проведение игры, окончание игры), темп, в котором она ведется (медленный), количество повторений движений (3-6 раз).

Эти игры не требуют подробного объяснения правил. Воспитатель сам показывает детям движение или выбирает для этого кого – либо из детей.

Игры малой подвижности подразделяются на игры, способствующие развитию мелкой моторики рук и сенсорики, внимания (слухового, моторно – двигательного), интеллекта, слуха, зрения и речи.

Игры малой подвижности способствуют развитию памяти и внимания, сообразительности, наблюдательности, координации движений, быстроты реакции, ориентировки в пространстве, формированию и закреплению двигательных умений. Они доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение.

«Овощи»

Координация речи с движениями, работа над темпом и ритмом речи.

Как-то вечером на грядке *(Дети идут по кругу, взявшись за руки*

Репа, свекла, редька, лук *в центре круга – водящий с завязанными глазами)*

Поиграть решили в прятки,

И сначала встали в круг.
Рассчитались четко тут же: *(Останавливаются, крутят водящего)*
Раз, два, три, четыре, пять.
Прячьтесь лучше, *(Разбегаются, приседают, водящий ищет)*
Прячьтесь глубже
Ну а ты, иди искать.

«Урожай»

Координация речи с движениями, закрепление в речи глаголов: соберем, натаскаем, накопаяем, срежем, нарвем.
В огород пойдем, *(Идут по кругу)*
Урожай соберем.
Мы моркови натаскаем, *(Таскают)*
И картошки накопаяем. *(Копают)*
Срежем мы кочан капусты, *(Срезают)*
Круглый, сочный, очень вкусный. *(Показывают круг руками – 3 раза)*
Щавеля нарвем немножко, *(Рвут)*
И вернемся по дорожке. *(Идут по кругу, взявшись за руки).*

«Листья»

Координация речи с движениями.
Листья осенние тихо кружатся. *(Кружатся на цыпочках, руки в стороны)*
Листья нам под ноги тихо ложатся, *(Приседают)*
И под ногами шуршат, шелестят, *(Движения руками вправо-влево)*
Будто опять закружиться хотят. *(Поднимаются, кружатся).*

«По ягоды»

Координация речи с движениями.
Мы шли-шли-шли, *(Маршируют руки на поясе)*
Землянику нашли. *(Наклонились, правой рукой коснулись носка левой ноги, не сгибая колен)*
Раз, два, три, четыре, пять - *(Маршируют)*
Мы идем искать опять. *(Наклонились, левой рукой коснулись носка правой ноги, не сгибая колен).*

«За грибами»

Координация речи с движениями; Развитие творческого воображения, подражательности; закрепление в речи глаголов: «искать», «срывать», «собирать».
Все зверюшки на опушке, *(Дети идут в хороводе)*
Ищут грузди и волнушки.
Белочки скакали, *(Скачут присядку, срывают воображаемые грибы)*
Рыжики срывали.
Лисичка бежала, *(Бегут)*

Лисички собирала. *(Срывают воображаемые грибы)*
Скакали зайчатки, *(Скачут на месте)*
Искали опятки. *(Срывают воображаемые грибы)*
Медведь проходил, *(Идут в развалку в конце строки)*
Мухомор раздавил. *(Топают ногой).*

«Дождик»

Координация речи с движениями, работа над темпом и ритмом речи.
Капля раз, *(Прыжок на носках, руки на поясе)*
Капля два. *(Прыжок)*
Очень медленно сперва, *(4 прыжка)*
А потом, потом, потом, *(8 прыжков)*
Все бегом, бегом, бегом.
Мы зонты свои раскрыли, *(Руки развести в стороны)*
От дождя себя укрыли. *(Руки полукругом над головой).*

«Мячик мой»

Друг веселый, мячик мой *(4 прыжка на носках руки на поясе)*
Всюду, всюду он со мной *(2 взмаха левой и правой рукой –
как бы удары по мячу)*
Раз, два, три, четыре, пять - *(5 прыжков на носках, руки на поясе)*
Хорошо с мячом играть. *(Вновь по два взмаха – «удары»).*

«Посуда»

Вот, большой стеклянный чайник, *(Надули живот: одна рука на поясе,
другая изогнута, как носик)*
Очень важный как начальник.
Вот фарфоровые блюдца, *(Кружатся, рисуя руками круг)*
Только стукнут- разобьются.
Вот серебряные ложки, *(Потянулись, руки сомкнули над головой)*
Голова на тонкой ножке.
Вот пластмассовый поднос, *(Легли на ковер, вытянулись)*
Он посуду нам принес.

«С Новым годом»

С Новым годом! С Новым годом!
Здравствуй дедушка Мороз *(Дети стоят лицом в кругу кланяются)*
Он из леса мимоходом, *(Идут по кругу, изображая как несут елку)*
Елку нам уже принес.
На верхушке выше веток, *(Стоят лицом в кругу)*
Загорелась, как всегда *(Опускают руки, произносят фразу на выдохе)*
Самым ярким, жарким светом *(Снова поднимают руки)*
Пятикрылая звезда. *(Опускают руки).*

«Заяц Егорка»

Координация речи с движениями.

Заяц Егорка *(Дети идут по кругу, взявшись за руки)*

Свалился в озерко, *(В центре на корточках сидит «заяц»)*

Бегите под горку! *(Дети подходят к сидящему ребенку, и помогают ему встать)*

Спасайте, Егорку.

«Теленок»

Координация речи с движениями, работа над темпом и ритмом речи.

Бу-бу *(2 прыжка)*

Я рогатый! *(«Рожки» из пальчиков)*

Бу-бу *(2 прыжка)*

Я хвостатый! *(«Хвостик» из руки – за спиной)*

Бу-бу *(2 прыжка)*

Я ушастый! *(«Ушки» из ладошек)*

Бу-бу *(2 прыжка)*

Очень страшный! *(Показывают язычок)*

Бу-бу. Испугаю! *(Разбегаются по группе и садятся на стульчики).*

«Хозяйка»

Координация речи с движениями, работа над темпом и ритмом речи, развитие творческого воображения.

Наша-то хозяйшкa, *(Идут по кругу взявшись за руки)*

Сметлива была.

Всем в избе работушку

К празднику дала.

Чашечку собачкa, *(Сложить ладони чашечкой «лижут» чашечку)*

Мoет языком.

Хрюшка собирает, *(Присели, ритмично наклоняют голову)*

Крошки под окном.

По столу котище, *(Встали, правой рукой делают движения к себе)*

Лапой скребет.

Половичку козочкa,

Венечком метет. *(«Метут» веником).*

«Домашние птицы»

Координация речи с движениями, работа над темпом и ритмом речи, развитие творческого воображения.

Наша курочки с утра - *(Идут по кругу вперевалочку, подражая походке уток)*

Кря-кря-кря! Кря-кря-кря!

Наша гуси у пруда *(Идут по кругу, вытянув шею вперед и оставив руки назад)*

Га-га-га! Га-га-га!

Наши курочки в окно - *(Останавливаются, встают лицом в круг)*

Ко-ко-ко! Ко-ко-ко! *(Бьют руками по бокам)*

А как Петя-петушок *(Встают спиной в круг, вытягивают шею вверх,*

Раным-рано поутру *поднимаются на цыпочки)*

Нам споет : ку-ка-ре-ку!

«На лужайке поутру»

Координация речи с движениями, работа над темпом и ритмом речи, развитие творческого воображения.

На лужайке поутру, *(Дети встают в круг, взявшись за руки)*

Мы затеяли игру.

Я подснежник, ты-вьюнок,

Становитесь в наш венок.

Раз, два, три, четыре *(Делают 4 шага назад, расширяют круг)*

Раздвигайте круг пошире.

А теперь мы ручейки, *(Идут(бегут) по кругу)*

Побежим вперегонки.

Прямо к озеру спешим, *(Раздвигают круг)*

Станет озеро большим.

Становитесь в круг опять, *(Сдвигают круг)*

Будем в солнышко играть. *(Идут(бегут) по кругу)*

Мы- веселые лучи, *(Тянутся на носочках вверх)*

Мы резвы и горячи. *(Прыгают на носочках, руки на поясе).*

«Веснянка»

Координация речи с движениями, развитие общих речевых навыков, развитие речевого дыхания.

А уж ясно солнышко *(Дети идут по кругу, взявшись за руки)*

Припекло, припекло. *(Медленно поднимают руки)*

И повсюду золото, *(Дети идут по кругу, взявшись за руки)*

Разлило, разлило. *(Медленно опускают руки)*

Ручейки на улице, *(Бегут по кругу на носках)*

Все журчат, журчат. *(Руки на поясе)*

Журавли «курлыкают», *(Идут по кругу с высоким подниманием колен)*

И летят, летят. *(Руками изображают взмахи крыльев).*

«Ракета»

А сейчас мы с вами, дети, *(Дети маршируют)*

Улетаем на ракете.

На носках поднимись, *(Тянутся, подняв руки над головой, сомкнув их)*

А потом руки вниз. *(Опускают руки)*

Раз, два, три, потянись, *(Тянутся)*

Вот летит ракета ввысь! *(Бегут по кругу)*

«Мчится поезд»

Координация речи с движениями, развитие творческого воображения.

Чух-чух! Чух-чух! *(Дети идут (бегут) друг за другом, положив руки на плечи стоящему впереди ребенку)*

Мчится поезд во весь дух. *(Первый ребенок делает круговые движения руками и произносит слова паровоза)*

Паровоз пыхтит.

Тороплюсь! – гудит. –

Тороплюсь, тороплюсь,

Тороплюсь.

«Маляры»

Координация речи с движениями, развитие общих речевых навыков.

Маляры известку носят, *(Дети идут по кругу друг за другом, держат в руках воображаемые ведра)*

Стены кистью купоросят. *(Движения воображаемой кистью вверх-вниз)*

Не спеша разводят мел, *(Наклонившись, мешают кистью воображаемом ведре)*

Я бы тоже так сумел. *(Красят).*

«Кровельщик»

То не град, то не гром, *(Стоят кружком, изображают удары молотком)*

Кровельщик на крыше. *(Тянутся на носках, подняв руки вверх)*

Бьет он громко молотком, *(Изображают удары молотком)*

Вся округа слышит. *(Закрывают уши руками)*

Он железом кроет дом, *(Изображают удары молотком)*

Чтобы сухо было в нем. *(Наклоняются, достают носки руками).*

«Гусеница»

Координация речи с движениями, развитие творческого воображения.

Этот странный дом без окон, *(Дети лежат на спинках вытянувшись)*

У людей зовется «кокон». *(Руки вдоль туловища, ногами в центр круга)*

Свив на ветке этот дом, *(Поворачиваются на левый бок, руки под щечку)*

Дремлет гусеница в нем.

Спит без просыпу всю зиму, *(Поворачиваются на другой бок)*

Но зима промчалась мимо. *(Поворачиваются на спину, потягиваются лежа)*

Март, апрель, капель, весна! *(Медленно садятся)*

Просыпайся соня-сонюшка, *(Встают, потягиваются стоя)*

Гусенице не до сна,

Стала бабочкой она. *(Идут (бегут) по кругу, машут руками, как «крыльями»).*

«Ежик и барабан»

С барабаном ходит ежик *(Маршируют по кругу, изображая игру на барабане)*

Бум-бум-бум!

Целый день играет ежик

Бум-бум-бум!

С барабаном за плечами *(Идут по кругу спрятав руки за спину)*

Бум-бум-бум!

Ежик в сад забрел случайно

Бум-бум-бум!

Очень яблоки любил он, *(То одной рукой, то другой рукой подносят ко рту яблоко)*

Бум-бум-бум!

Барабан в саду забыл он, *(Останавливаются, разводят руки)*

Бум-бум-бум!

Ночью яблоки срывались *(Руки на поясе, прыжки на месте)*

Бум-бум-бум!

И удары раздавались *(Прыжки)*

Бум-бум-бум!

Зайцы здорово струхнули, *(Делают «ушки» из ладошек, медленно приседают, сидят, дрожат, закрывают глаза руками)*

Бум-бум-бум!

Глаз до зорьки не сомкнули.

«Снежная баба»

Сегодня из снежного мокрого кома, *(Идут по кругу, катят перед собой воображаемый ком)*

Мы снежную бабу слепили у дома. *(«Рисуют» руками три круга начиная с маленького)*

Стоит наша баба у самых ворот.

Никто не проедет, *(Грозят указательным пальцем сначала правой руки, затем левой)*

Никто не пройдет!

Знакома она уже всей детворе *(Идут по кругу)*

А Жучка все лает: «Чужой во дворе!» *(Последние слова говорит один ребенок – «Жучка»).*

«Снегири»

Вот на ветках посмотри, *(По 4 хлопка руками по бокам и по 4 наклона головы на строку)*

В красных майках снегири

Распушили перышки, *(На первое слово каждой строки – частое потряхивание руками)*

Греются на солнышке. *(На второе – один хлопок по бокам)*

Головой вертят, *(По 2 поворота головы на каждую строку)*

Улететь хотят.

- Кыш! Кыш! Улетели! *(Дети разбегаются по группе, взмахивая руками, как крыльями).*

4. ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ

Внимание есть сосредоточенность на чем-либо. Оно связано с интересами, склонностями, призванием человека, от его особенностей зависят такие качества личности, как наблюдательность, способность отмечать в предметах и явлениях малозаметные, но существенные признаки.

Внимание является одним из основных условий, обеспечивающих успешное усвоение ребенком доступного для него объема знаний, умений и установление контакта со взрослым. Если внимание отсутствует, ребенок не может научиться ни подражать действиям взрослого, ни действовать по образцу, ни выполнять словесную инструкцию. Развитие внимания тесно переплетается с развитием запоминания.

«Хлопни в ладоши»

Цель. Развивать устойчивость и переключение внимания.

Ребенку предлагается хлопать в ладоши, когда услышит слово на заданную тему, например, животное. После этого взрослый произносит ряд разных слов. В другой раз приседать, когда услышит слово, обозначающее растение. Затем объединить первое и второе задание, т.е. ребенок приседает, когда слышит название растения, и хлопает в ладоши при произнесении слов, обозначающих животных. Желательно проводить игру с группой детей.

«Слушай хлопок!»

Цель. Развивать активное внимание.

Дети идут по кругу. На один хлопок в ладоши они должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, вторая поджата, руки – в стороны), на два хлопка – позу «лягушки» (присесть на корточки), на три хлопка – возобновить ходьбу.

«Лови – не лови»

Правила этой игры похожи как в игре «Съедобное – несъедобное». Только условие, когда ребенок ловит мяч, а когда нет, может меняться в каждом коне игры. Например, сейчас вы договариваетесь с ребенком, что если слово, относится к растениям, то он ловит его. Если же слово не является растением, то отбивает мяч. Аналогично можно играть в такие варианты, как «Рыба – не рыба», «Мебель – не мебель», «Транспорт – не транспорт», «Летает – не летает» и другие.

«Будь внимателен!»

Цель. Развивать активное внимание; обучение быстрому и точному реагированию на звуковые сигналы.

Дети маршируют по кругу. Затем ведущий произносит слово, и дети должны начать выполнять определенное действие:

"Зайчик!" Дети прыгают, имитируя движение зайца

"Лошадки!" Дети ударяют ногой об пол, как будто лошадь бьет копытом.

«Раки!» Дети пятятся, как раки спиной.

"Птицы!" Дети бегают, раскинув руки в стороны.

"Аист!" Стоят на одной ноге.

"Лягушка!" Присесть и скакать в присядку.

"Собачки!" Дети сгибают руки (имитация движения "собака служит") и лают.

"Курочки!" Дети ходят, "ищут зерна" на полу и произносят "ко-ко-ко".

«Зеваки»

Цель игры. Развитие волевого (произвольного) внимания.

Дети идут по кругу, друг за другом, держась за руки. По сигналу ведущего ("Стоп!") останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются на 180 градусов и начинают движение в другую сторону.

Направление меняется после каждого сигнала. Если ребенок запутался и ошибся, он выходит из игры и садится на стул в комнате. Игра может закончиться, когда 2-3 детей остаются в игре.

«Сорока-белобока»

Цель. Развивать концентрацию внимания.

Материал: 5-6 небольших предметов (игрушек).

Разложить на столе предметы (игрушки). Предложить ребенку внимательно посмотреть на стол, запомнить, какие предметы на нем лежат. Затем ребенок отворачивается. В это время убрать или заменить один, или несколько предметов. Ребенок должен определить, что сорока утащила, а что подменила.

«Успей дотронуться»

Цель. Развивать переключение внимания, речь.

Предложить ребенку, пока идет счет до пяти, дотронуться до «чего-нибудь красного, мягкого, холодного и т.д.» Можно усложнить игру, увеличив количество объектов:» Дотронуться до двух круглых предметов».

«Обезьянки»

Игроки садятся или встают друг напротив друга. Один из них совершает разные движения: поднимает руки, двигает ими в разные стороны, чешет нос. Другой - повторяет все движения первого.

«Четыре стихии»

Цель: Развитие слухового внимания.

По команде ведущего дети выполняют определенное движение руками.

"Земля" Дети опускают руки вниз.

"Вода" Дети вытягивают руки вперед

"Воздух" Дети поднимают руки вверх

"Огонь" Дети вращают руками в локтевых и лучезапястных суставах

«Я беру с собой в чемодан...»

Цель: Развитие слухового внимания.

Взрослый начинает игру: "Я еду в отпуск и пакую чемодан. Я возьму с собой зубную щётку!"

Ребенок продолжает: "Я возьму с собой зубную щётку и зубную пасту."

Взрослый: "Я возьму с собой зубную щётку, зубную пасту и красную футболку"

Ребенок: "Я возьму с собой зубную щётку, зубную пасту, красную футболку и синий карандаш".

Потом взрослый всё это повторяет и добавляет ещё одну вещь. И так до тех пор, пока кто-то не собьётся и перепутает или порядок, или цвет вещей.

«Верно - Неверно»

Цель: Развитие слухового внимания.

Взрослый произносит разные фразы- верные и неверные. Если фраза верна, дети хлопают, если нет, то топают.

Зимой всегда цветут ромашки. (*Дети топают*)

Лед – это замерзшая вода. (*Дети хлопают*)

Шерсть у зайца рыжего цвета. (*Дети топают*)

Зимой всегда идет снег. (*Дети хлопают и топают*). И т.п.

«Повтори за мной»

Цель: Развитие слухового внимания.

Дошкольникам предлагается воспроизвести по образцу, задаваемому воспитателем, ритмичные удары палочкой по столу

«У кого колокольчик?»

Цель: Развитие слухового внимания.

Дети ходят по кругу звоня в колокольчик, который передают друг другу. Ребёнок с завязанными глазами стоит в центре круга и внимательно слушает от куда доносится звон колокольчика. Когда взрослый произносит фразу: «Колокольчика не слышно», ребёнок, стоящий в центре круга, должен указать рукой в ту сторону, откуда ему последний раз слышался звон.

«Слова»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог чётко произносит детям 6 слов, после чего просит ребят повторить слова в той же последовательности. Например, собака, курица, корова, утка, поросёнок, цыплёнок и т.п.

«Что в коробке?»

Цель: Развитие слухового внимания.

Детям демонстрируются звучание в спичечных коробках: песка, земли, проса, гороха, камешков. После чего взрослый мешает коробочки и предлагает детям за звучанием определить, что находится в коробке.

«Наседка и цыплята»

Цель: Развитие слухового внимания.

В руках у педагога наседка – курочка, а у детей – цыплята. Сначала курочка клюёт зёрнышки, а цыплята слушают. А затем цыплятки. Они должны клюнуть столько раз, сколько курочка. Можно повторять медленный темп и быстрый, громко и тихо, в определённом темпе.

«Найди игрушку»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог одному ребёнку завязывает глаза. Одному из детей даёт игрушку. Ребёнок называет детей. Если далеко, дети хлопают тихо, а если близко – громко.

«Игра с пальчиками»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог играет (хлопает в ладоши) быстро и медленно. Дети при быстром темпе крутят пальцами быстро, при медленном – медленно. (Хлопать, стучать кулачком о кулачок, ладонью о стол, ребром ладони, «бежать» пальчиками).

«Скажи, что ты слышишь»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог просит детей закрыть глаза. Внимательно послушать и определить, какие звуки они слышали. Дети должны отвечать полным ответом.

«Жмурки с голосом»

Цель: Развитие слухового внимания.

Водящему завязывают глаза. Дети тихо переходят или перебегают с одного места на другое, издавая какие – либо звуки. Водящий должен поймать одного из бегающих детей. Когда кто-то пойман ребёнок должен подать голос, а водящий отгадывает, кого он поймал.

«Солнце и дождь»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог тихо стучит в бубен – солнце, дети гуляют. Громко – дождик, дети убегают в домик.

«Угадай, чей голосок»

Цель: Развитие слухового внимания.

Дети сидят полукругом. Перед ними на некотором расстоянии спиной к детям сидит ребёнок с мишкой. Воспитатель предлагает кому-нибудь из ребят позвать мишку. Водящий должен угадать, кто его позвал. Тот, кого узнали, становится водящим.

«Кто это»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог держит в руке несколько картинок с изображением животных и птиц. Ребёнок вытягивает одну картинку так, чтобы другие её не видели. Он подражает крику животного и его движениям, а остальные дети должны угадать.

«Улавливай шепот»

Цель: Развитие слухового внимания.

Все дети сидят по кругу. Педагог голосом обычной громкости просит выполнить какое-нибудь движение, а затем едва уловимым шепотом произносит имя того, кто должен выполнить. Если ребёнок не расслышал своё имя, педагог вызывает другого ребёнка.

«Часовой»

Цель: Развитие слухового внимания.

Комната делится на две части. С одной стороны, становится ребёнок с завязанными глазами – часовой. Все дети с одной стороны должны тихонько перейти на другую сторону. Если часовой услышит шорох, он кричит: «Стой!». Все останавливаются. Часовой идёт на звук и старается отыскать, кто шумел. Найденный - выходит из игры.

«Где постучали»

Цель: Развитие слухового внимания.

Все дети сидят на стульчиках по кругу. В середину выходит ребёнок и закрывает глаза. Педагог обходит весь круг за спинами детей и кому-то из них даёт палочку. Ребёнок стучит ею об стул и прячет её за спину. Дети кричат: «Пора!». Водящий ищет палочку, если находит, то садится на место того, у кого была палочка, а тот идёт водить. А если не находит, продолжает водить.

«Горшочек»

Цель: Развитие слухового внимания.

Дети садятся по кругу на полу и перекатывают мяч. Если ребёнок катит другому мяч и говорит: «Холодный», второй ребёнок может трогать мяч. Но если ему говорят: «Горячий», то он не должен трогать мяч. Кто ошибается и дотронется до мяча, получает штрафное очко.

«Угадай, кто это»

Цель: Развитие слухового внимания.

Дети стоят по кругу. Водящий выходит в середину круга, закрывает глаза и затем идёт в любом направлении, пока не натолкнётся на одного из детей, который должен подать голос заранее установленным образом: «кукареку», «ав-ав-ав» или «мяу- мяу» и тп. Водящий должен угадать, кто из детей кричал.

«Лягушка»

Цель: Развитие слухового внимания.

Дети стоят по кругу, а один с завязанными глазами стоит внутри круга и говорит:

Вот лягушка по дорожке
Скачет, вытянувши ножки,
Увидала комара, закричала...

Тот, на кого он указал, в этот момент говорит: «Ква-ква-ква».

По голосу водящий должен определить, кто лягушка.

«Летает – не летает»

Цель: Развитие слухового внимания.

Дети сидят, руки лежат на коленях. Педагог называет предметы и спрашивает: «Летает, не летает?», при этом поднимает руки независимо от того какой это предмет. Если называется предмет, который летает – дети должны поднять руку. Если называются предметы, которые не летают – руки поднимать не следует.

«Найди ошибку»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог показывает игрушку или картинку с изображением животного и называет заведомо неправильное действие, которое якобы производит это животное. Дети должны ответить, правильно это или нет, а потом перечислить те действия, которые может совершать это животное.

«Слушай внимательно»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог ударяет в бубен или хлопает в ладоши. Дети должны присесть столько раз, сколько раз услышали удары в бубен.

«Повтори»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог отхлопывает в ладоши несложный ритм, дети должны его воспроизвести (в ладоши, на бубне или барабане).

«Командир»

Цель: Развитие слухового внимания.

Педагог даёт детям различные команды и сопровождает их различными действиями: руки вверх, руки вниз, присесть, встать, руки в стороны, руки опустить и т.п. Если команда сопровождается обращением «командиры», дети выполняют приказ, если нет обращения «командира», дети не выполняют действия. Тот, кто нарушает условия игры, выбывает из игры.

«Нос - пол - потолок»

Цель: Развитие слухового внимания.

Договоритесь с детьми что, когда вы скажете слово «нос», детям надо

показать пальцем на свой нос. Когда скажете слово «потолок», дети должны направлять палец на потолок, а когда они слышат слово «пол», то показать пальцем на пол. Детям надо объяснить, что поддаваться на провокацию нельзя: выполнять надо те команды, которые вы произносите, а не те, которые показываете.

Затем начинайте говорить слова: «нос», «пол», «потолок» в разной последовательности, а показывать при этом либо правильно, либо неправильно. Например, называйте нос, а показывайте на пол. Дети же должны всегда показывать в правильном направлении.

«Лови - не лови»

Цель: Развитие слухового внимания.

Для игры понадобится мяч. В игру можно играть как с одним ребёнком, так и с группой детей.

Договоритесь с ребёнком, что вы будете бросать ему мяч, а он его будет ловить или отбивать. Если вы говорите какое-то слово, например, «Лови!», ребёнку нужно поймать мяч. Если мяч брошен молча, то его нужно отбить. Начинайте игру, чередуя слово «Лови» и молчание во время броска. Когда ребёнок привыкнет к ритму, начинайте его сбивать, говорите: «Лови» несколько раз подряд, то молчите во время бросков. Постепенно усложняйте игру, добавляя слово «Не лови!». Ребёнок всё равно должен поймать мяч, потому что по условиям игры, отбивать мяч он может только во время молчания.

«Умеет ходить или нет»

Цель: Развитие слухового внимания.

Договоритесь с ребёнком, что вы будете называть разные слова, а ему надо внимательно слушать. Если он услышит название животного или предмета, который умеет ходить, ребёнку надо хлопнуть себя по коленям. Если он услышит название предмета, который не ходит, ему надо поднять руки перед собой. Начинайте игру: «Мяч, огурец, лиса, попугай...» - говорите вы и следите за тем, чтобы ребёнок правильно реагировал на каждое слово. В эту игру можно играть с группой детей. Задания игры можно периодически менять: «летающий или нет» - дети поднимают руки, когда слышат название летающего предмета, и хлопают в ладоши, когда назван не летающий предмет. «Круглый или нет», «пушистый или нет» - вариаций игры может быть достаточно много.

«Тихо - громко»

Цель: Развитие слухового внимания.

В эту игру можно играть как с одним ребёнком, так и с группой детей. Договоритесь с детьми что, когда вы говорите тихо, они должны ходить тихо на носочках. А когда вы говорите громко, дети должны громко маршировать. Объясните детям, что реагировать надо не на слова, а на звук голоса. То есть,

чтобы вы не говорили тихим голосом, дети всё равно должны ходить тихо на носочках. И также, чтобы вы не говорили громким голосом, дети всё равно должны маршировать.

Начинайте игру. Сначала говорите шёпотом: «Ходим на носочках», а громким голосом: «Все маршируют». Когда дети привыкнут к смене команд, начинайте усложнять игру, добавляя разные команды, например, «Все прыгают» - говорите вы тихим голосом, или «Все машут руками» - громким голосом. Затем ещё больше усложняйте игру: «Все маршируют» - говорите шёпотом. «Ходим на носочках» - говорите громко. Старайтесь запутать детей, меняйте команды и громкость голоса неожиданно. Дети не должны поддаваться на провокации, им надо всегда ходить на носочках под шёпот и маршировать под громкий голос.

«Найди повтор»

Цель: Развитие слухового внимания. Договоритесь с ребёнком, что сейчас вы будете говорить разные слова и вам нельзя повторяться. Попросите малыша хлопнуть в ладоши, если вдруг вы повторили какое-нибудь слово и пусть он вам скажет, какое слово вы повторили. Начините игру: «река, слон, мяч, слон» - говорите вы. Ребёнок должен хлопнуть в ладоши на втором слове «слон». Чем младше ребёнок, тем короче должна быть последовательность слов между повторами. Усложняйте игру, только когда ребёнок хорошо угадывает повторы через одно - два слова

«Телефон»

Цель: Развитие слухового внимания. Дети садятся в ряд. Сидящий первый справа говорит какое-нибудь слово на ухо соседу. Он передаёт слово дальше и т.д. После этого дети, начиная с последнего, должны сказать, какое слово услышали. Ребёнок первый перепутавший переданное слово, садится на самый конец ряда. Остальные таким образом садятся, на одно место ближе к первому. Игра продолжается.

«Кто быстрее»

Цель: развитие зрительного внимания. Взрослый показывает детям ленточки разных цветов. Задача дошкольников состоит в том, чтобы назвать как можно больше предметов, овощей, фруктов, животных и т.п., которые соответствуют определённому цвету. Например, Жёлтый – груша, карандаш, солнце, лимон...; красный – яблоко, помидор, вишня... зелёный – жаба, кузнечик, огурец, трава... и т.д.

«Найди пару»

Цель: развитие устойчивости и концентрации внимания, тренировку умения произвольно распределять и переключать внимание.

Для игры понадобятся несколько одинаковых пар разных предметов. Можно вырезать из бумаги пары полосок разной длины, можно подобрать пары разных пуговиц. Выложите перед ребёнком смешанные в одну кучу выбранные пары предметов и дайте ему задание подобрать пары. Если это полоски, значит, ему необходимо подобрать пары полосок одинаковой длины. Если это пуговицы, ребёнок подбирает пары одинаковых пуговиц. Для трёхлетних детей будет достаточно 3 - 5 пар разных предметов. Чем старше и опытнее в игре становится ребёнок, тем большее количество пар разных предметов можно ему давать.

«Повторяй за мной»

Цель: Развитие моторно-двигательного внимания.

Педагог называет части тела человека, а дети должны выполнить соответствующее движения: дотронуться до носа, уха, локтя и т.д. Игра «Летает, прыгает, плавает»

Педагог показывает детям картинки животных, птиц, насекомых и т.д., а дети нужно без слов показать какие движения они умеют делать. Например, птичка – дети имитируют движения полёта, заяц – прыгают, жаба – прыгают, а затем плавают (или наоборот) и т.д.

«Зимующие и перелётные птицы»

Цель: Развитие моторно-двигательного внимания.

Взрослый показывает картинки зимующих и перелётных птиц, детям даётся команда: «Хлопнуть в ладоши, если птица – перелётная, если зимующая – руки опустить».

«Овощи и фрукты»

Цель: Развитие моторно-двигательного внимания.

Взрослый зачитывает названия овощей и фруктов, дошкольникам даётся команда: «Присесть – если услышат название овоща, подпрыгнуть – название фрукта».

5. ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ

Это кратковременные упражнения, проводимые с целью предупреждения утомления, восстановления умственной работоспособности (возбуждают участки коры головного мозга, которые не участвовали в предшествующей деятельности, и дают отдых тем, которые работали).

Значение физкультминуток помогают отдохнуть, развлечься, снять напряжение, получить ощущение физической разрядки, улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление детей, создают положительные эмоции и повышают интерес к занятиям.

«Детский сад»

Детский сад, детский сад,
Он всегда детям рад.
Хлопки на каждое слово.
Буду в садике играть
Разовый показ жеста "ку-ку".
И конструктор собирать,
Развороты кистей в разные стороны, пальцы
кистей соприкасаются.
И игрушки за собой убирать.
Рука двигается вправо-влево.
Буду бойко танцевать
Приседание.
И лепить, и рисовать,
Имитировать лепку, рисование.

«Овощи»

В огород пойдем,
Маршировать на месте.
Урожай соберем.
Идти по кругу, взявшись за руки.
Мы морковки натаскаем
И картошки накопаем.
Срежем мы кочан капусты
Имитировать, как срезают, таскают,
копают.
Круглый, сочный, очень вкусный. *Показать руками.* Щавеля нарвем
немножко *"Рвут"*.
И вернемся по дорожке.
Идти по кругу, взявшись за руки.

«Грибы»

Утром дети в лес пошли (*Шаги с высоким подниманием ног*)
И в лесу грибы нашли (*Размеренное приседание*)
Наклонялись, собирали (*Наклоны вперед*)
По дороге растеряли (*Ритмичное разведение рук в стороны*).

«Осень»

Мы, листочки осенние, на веточках сидели.
Дунул ветер – полетели.
Полетели, полетели и на землю сели.
Ветер снова набежал и листочки все поднял,
Повертел их, покрутил и на землю опустил.

«Откуда хлеб пришёл»

Тесто месим, месим, месим

(Энергично делаем круговые движения руками)

Тесто мнём, мнём, мнём

Тесто жмём, жмём. жмём

(Энергично сжимаем и разжимаем руки в кулачки)

Пирог мы испечём.

(Движения, как будто летим пирожки)

«Перелётные птицы»

Птички прыгают, летают,

(Махнут руками и подпрыгивают)

Птички весело поют,

Птички крошки собирают,

Птички зернышки клюют. *(Клюют)*

Перышки почистили,

Клювики почистили,

(Погладить руки, носики)

Дальше полетели

И на место сели.

«Дикие животные»

«Медведи»

Старший мишенька шагает: топ-топ.

Ноги мишка поднимает: топ- топ. *(Топать ногами)*

Средний мишка догоняет: хлоп- хлоп.

И в ладоши ударяет: хлоп-хлоп.

(Хлопки у правой и левой щеки)

Младший мишка – торопыжка: шлёп-шлёп-шлёп.

Шлёпает по лужам мишка: шлёп-шлёп-шлёп.

(Ударять ладонями по коленям)

«Зайка»

Скок – поскок, скок- поскок,

Прыгнул зайка на пенёк.

Зайцу холодно сидеть нужно лапочки согреть.

Лапки вверх, лапки вниз, на носочки подтянись.

Лапки ставим на бочок,

На носочках скок, скок, скок.

А затем в присядку, чтоб не мёрзли лапки.

«Поздняя осень»

На дворе мороз и ветер,

На дворе гуляют дети.

(Шагать на месте.)

Ручки согревают,
ручки потирают. (*Потирают*)
Чтоб не зябли ножки,
потопаем немножко (*Топаем*)
Нам мороз не страшен,
весело мы пляшем.
(*Потирать рукой об руку, топать,
приплясывать по тексту физкультминутки*).

«Зима»

Мы шагаем по сугробам, по сугробам крутолобым. (*Шагаем*)
Поднимай повыше ногу, проложи другим дорогу (*Поднимание ног с высоким коленом*)
Очень долго мы шагали, наши ноженьки устали (*Активное поглаживание ног*)
Сейчас сядем, отдохнём, а потом гулять пойдём (*Присесть*).

«Зимующие птицы»

Вот под ёлочкой зелёной
Скачут весело вороны (*Прыжки*)
Кар – Кар - Кар, Кар – Кар – Кар!
Целый день они кричали,
Спать ребятам не давали. (*Летают и кричат*)
Кар – Кар - Кар, Кар – Кар – Кар!
Только к ночи умолкают,
И все вместе засыпают. (*Присели на корточки и закрыли глаза*)

«Новый год»

Наша ёлка велика, (*Круговое движение руками*)
Наша ёлка высока. (*Встать на носочки*)
Выше мамы, выше папы, (*Присесть и встать на носочки*)
Достаёт до потолка. (*Потянуться*)
Будем весело плясать, (*Потанцевать*)
Эх, эх, эх!
Будем песни распевать.
Ля-ля-ля!
Чтобы ёлка захотела в гости к нам прийти опять!

«Зимние забавы»

Девочки и мальчики: хлоп-хлоп-хлоп,
Прыгают как мячики: прыг- скок, прыг- скок.
Ножками топчут: топ, топ, топ.
Весело хохочут: ха, ха, ха.
Глазками моргают (*Ритмичное зажмуривание глаз*)
После отдыхают (*Приседают, руки свободные*).

На лыжах

Снег, снег, белый снег.

Засыпает он нас всех.

Дети машут руками перед собой.

Дети все на лыжи встали

И по снегу побежали.

Имитировать, как встают на лыжи и едут

«Спорт»

Мы проверили осанку и свели лопатки,

Мы походим на носках, а потом на пятках.

Пойдём мягко, как лисята,

И как мишка косолапый,

И как зайнька-трусишко,

И как серый волк-волчишко.

Вот свернулся ёж в клубок, потому что он продрог.

Лучик ёжика коснулся,

Ёжик сладко потянулся.

«Труд взрослых»

Лесорубами мы стали,

Топоры мы в руки взяли! *(Руки в замке)*

И, руками сделав взмах,

(Высоко поднять руки, завести за голову)

По полену сильно – бах, бах, бах! *(Наклон)*

«Комнатные растения»

Наши красные цветки

Открывают лепестки.

(Поднимаясь плавно развести сомкнутые руки)

Ветерок чуть дышит –

Лепестки колышет. *(Плавное помахивание руками)*

Наши красные цветки,

Закрывают лепестки. *(Сводим руки над головой)*

Головой качают,

Тихо засыпают.

(Опускаются на корточки и закрываются руками.)

«Транспорт»

«Машина»

Завели машину: ш-ш-ш. *(Вращения руками перед грудью)*

Накачали шину: ш-ш-ш. *(Насос)*

Улыбнулись веселей,

И поехали скорей. (2 раза).
(Вращение воображаемого руля).

«Самолёты»

Самолёты загудели, (Вращение перед грудью вращательными движениями)
Самолёты полетели, (Руки в сторону поочерёдные наклоны влево и право)
На полянку тихо сели, (Присесть, руки к коленям)
Да и снова полетели.

«Посуда»

Вот большой стеклянный чайник,
"Надут" живот, одна рука на поясе, другая
изогнута, как носик.
Очень важный, как начальник.
Вот фарфоровые чашки,
Очень хрупкие, бедняжки.
Приседать, одна рука на поясе.
Вот фарфоровые блюдца,
Только стукни - разобьются.
Кружиться, рисуя руками круг.
Вот серебряные ложки,
Потянуться, руки сомкнуть над головой.
Вот пластмассовый поднос -
Он посуду нам принес.
Сделать большой круг.

«Моя семья»

Солнце глянуло в окошко,
Раз, два, три, четыре, пять (Потянуться)
Все мы делаем зарядку,
Надо нам присесть и встать.
Руки вытянуть по шире,
Наклониться, три – четыре
И на месте поскакать - пять.

«Весна»

Руки подняли и помахали –
Это деревья в лесу.
Локти согнули, кисти встряхнули-
Ветер сбивает росу.
Плавно руками помашем-
Это к нам птицы летят.
Как они сядут – покажем:
Крылья сложили назад! (Руки отведены назад).

«Дом, мебель»

Стоит в поле теремок,

(Пальцы раздвинуты)

На двери весит замок

(Пальцы переплетены в замок)

Открывает его волк:

(Движение сомкнутыми кистями влево, вправо)

Дёрг- дёрг -, дёрг – дёрг.

(Движение сомкнутыми кистями к себе и от себя)

Пришёл Петя петушок

И ключом открыл замок.

(Пальцы размыкаются и соединяются, изображая крышу).

«Одежда, обувь»

Раз! Два! Три! Четыре!

По дорожке я скачу.

(Дети скачут на двух ногах)

Раз! Два! Три! Четыре!

Башмачок скакать учу.

(Прыжки на месте)

Раз! Два! Три! Четыре!

Обломился каблучок.

(Дети приседают)

Раз! Два! Три! Четыре!

Заблудился башмачок.

(Разводят руки в стороны)

«Рыбы»

Улитки ползут, свои домики везут.

(Передвигаются медленно, в полуприсяди, сложив руки за спину)

Рогами шевелят, на рыбок глядят.

(Останавливаются, делают рожки из пальчиков и ритмично наклоняют голову влево, в право)

Рыбки плывут, плавничками гребут.

(Передвигаются мелкими шажками, опустив руки вдоль туловища, движения только ладонями вперёд, назад.)

Влево, вправо поворот, а теперь наоборот.

(Повороты туловища влево – вправо и наоборот).

«Космос»

Раз – два – стоит ракета.

(Руки над головой)

Три – четыре – самолёт,

(Руки в стороны)
Раз – два – хлопок в ладоши,
А потом на каждый счёт.
Раз, два, три, четыре –
(Хлопки в ладоши)
И на месте походили *(Ходьба)*.

«Лес»

Ветер тихо клён качает,
Влево, вправо наклоняет.
Раз наклон,
И два наклон,
(Руки за голову, наклоны туловища влево, вправо)
Зашумел листвою клён.
(Руки вверх, помахать кистями)
Повторить два- три раза.

«Насекомые»

Прилетела к нам вчера полосатая пчела
(Машут руками)
А за нею шмель – шмелёк,
И весёлый мотылёк.
Два жука и стрекоза
(На каждое название насекомого загибают пальчики)
Как фонарики глаза
(Делают кружки из пальчиков и подносят к глазам)
Пожужжали, полетали,
(Жужжат и двигаются)
От усталости упали.
(Роняют ладошки вниз)

«Дружат дети»

Девочки и мальчики: хлоп-хлоп-хлоп,
Прыгают как мячики: прыг- скок, прыг- скок.
Ножками топчут: топ, топ, топ.
Весело хохочут: ха, ха, ха.
Глазками моргают *(Ритмичное зажмуривание глаз)*
После отдыхают *(Приседают, руки свободные)*

«Защитники Отечества»

На одной ноге стой – ка,
Если ты солдатик стойкий.
Ногу левую – к груди,
Да смотри не упади.
А теперь стой на левой,

Если ты солдатик смелый.

«Поздняя осень»

На дворе мороз и ветер,

На дворе гуляют дети.

(Шагать на месте)

Ручки согревают,

ручки потирают *(Потирают)*

Чтоб не зябли ножки,

потопаем немножко *(Топаем)*

Нам мороз не страшен,

весело мы пляшем.

(Потирать рукой об руку, топать,

приплясывать по тексту физкультминутки).

«Зима»

Первый снег *(Руки вверх)*

Первый снег пушистый в воздухе кружится *(Кружатся)*

И на землю тихо падает ложится *(Приседают).*

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: «ВЕСЕЛАЯ ФИЗКУЛЬТУРА В СЕМЬЕ»

Весёлой физкультурой можно заниматься, не имея под рукой тренажеров. Знакомьтесь с зарядкой, которую можно сделать в паре с мамой, папой, братом, сестрой и даже с бабушкой и дедушкой.

ПОТЯНУЛИСЬ Исходное положение: стоя лицом друг другу на очень близком расстоянии, держимся за руки, ноги вместе. Подняться на носки, руки через стороны вверх – немного «потянуть» ребёнка. От пола ноги не отрывать.

ПОСМОТРИ В ОКОШКО Исходное положение: стоя спиной друг другу на расстоянии шага, руки на поясе, ноги шире плеч. Наклониться вниз – увидеть лицо партнера. Ноги в коленях не сгибать.

ХОДУЛИ Исходное положение: поставить ребёнка на свои ноги, развернув его спиной к себе, удерживать за руки. Прогуливаться по комнате, не спуская ребенка со своих ног. Поменяйте исходное положение – разверните ребёнка лицом к себе, походите в разных направлениях и разным способом: приставным шагом... экспериментируйте!

КАЧЕЛИ. Исходное положение: стоя лицом друг к другу на расстоянии шага, ноги вместе, держимся за руки. Поочередное приседание. Выполняем дружно (ждем пока партнер не встанет) и весело!

КАРУСЕЛЬ. Исходное положение: ребёнка развернуть спиной к себе. Приподнять ребёнка, обхватив его – покружить влево и вправо. Не переусердствуйте! Может закружиться голова. После упражнения подстрахуйте своего дитя.

ТЯНИ – ТОЛКАЙ. Исходное положение: сидя на полу спиной друг к другу. Ребёнок выполняет наклон вперед, взрослый наклон назад, укладываясь ему на спину. Дружно потолкались. Ноги в коленях желательнее не сгибать

ЛОДКА. Исходное положение: сидя на полу лицом друг другу, прямые ноги шире плеч, руки сомкнуты. Наклоны вперед и назад (гребем веслами). Ноги в коленях не сгибать, выполнять упражнение плавно без рывков.

ДОМИК. Исходное положение: лёжа на спине, соприкасаясь головами, держась за руки. Поднять прямые ноги вверх, коснуться носками ног партнера.

БРЁВНЫШКО. Исходное положение: лёжа на животе лицом друг к другу, взявшись за руки. Не размыкая рук, прокатываться вправо – влево. Делать упражнение одновременно.

ТАЧКА. Исходное положение: ребёнок лежит на животе с упором на ладони. Взрослый берет ребёнка за щиколотки, ребёнок приподнимается на руках и идет вперед, взрослый удерживает. После окончания упражнения ребёнка аккуратно опустить на пол.

ОТЖИМАЕМСЯ. Исходное положение: взрослый стоит на четвереньках, а ребёнок укладывается коленями на спину взрослому и опирается прямыми руками в пол. И весело отжимается.

ПОКАТАЕМСЯ – упражнение выполняется всей семьей Исходное положение: все члены семьи (чем больше, тем лучше) укладываются на живот плотно друг к другу, ребенок укладывается сверху. Все члены семьи начинают одновременно выполнять упражнение бревнышко, а ребенок прокатывается вперед. Каждое упражнение выполняем 6 – 8 раз. Попробуйте сами придумать вместе со своим ребенком как можно больше новых упражнений: можно добавить предмет (мяч, палу и т.д.), сюжет.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДОМА»

Игра – путь детей к познанию мира, в котором они живут и который признаны изменить". А. М. Горький.

Игра – это ведущая деятельность ребенка, посредством которой он органично развивается и познает мир. Подвижная игра имеет большое значение в жизни детей. Физические упражнения в подвижных играх дают большой оздоровительный эффект, благотворно влияя на сердечно-сосудистую, дыхательную, сенсорную системы. Подвижные игры укрепляют мышцы всего тела, улучшают обмен веществ, повышают общую работоспособность организма, вырабатывают у детей элементарные умения ориентироваться в пространстве, формируют точность и согласованность двигательных действий. В игре ребенок осмысливает и познает окружающий мир, у него развивается интеллект, фантазия, воображение, речь, формируются социальные качества. Сознательное выполнение правил игры формирует волю, развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируются такие

личностные качества как активность, честность, дисциплинированность, справедливость. Разнообразные игровые действия и подчинение правилам игры развивают ловкость, быстроту, координационные и скоростно-силовые способности и, самое главное, благоприятно влияют на эмоциональное состояние детей.

Предлагаю Вам подборку подвижных игр, в которые можно играть дома с ребенком.

Лес, болото, озеро. Выбирают места в комнате, которые получают названия: «лес», «болото», «озеро». Ведущий называет зверя, птицу или рыбу (можно договориться и называть растения). Быстро считает до установленного числа. Все бегут и каждый становится в то место, которое, по его мнению, соответствует месту обитания, названного животного или птицы, потом возвращаются и все сначала. Побеждают те, кто ни разу не ошибся.

Попрыгунчики. Возьмите пустую большую картонку для яиц. На доннышке каждого углубления напишите числа от 1 до 30. Положите картонку-мишень на пол (на полу не должно быть ковра!). Разбейтесь на 2 команды. Проведите линию в полутора-двух метрах от мишени и дайте каждому игроку 4-5 шариков. Цель — попасть в ячейки и набрать как можно больше очков.

Три, тринадцать, тридцать. Игроки становятся врассыпную. Выбирается водящий. Водящий говорит: «Три» — все игроки должны поднять руки в сторону, при слове «тринадцать!» — поднять их вверх, при слове «тридцать!» — положить их на пояс (можно придумать другие движения). Водящий быстро называет любое из 3-х указанных выше чисел. Допустивший ошибку отходит на шаг назад, но продолжает играть. Выигрывает тот, кто до конца остаётся на своём месте. Водящий может растягивать слова: «Три-и-и-и...».

Мины. С завязанными глазами нужно дойти до назначенного места, не задев расставленных предметов (игрушки, подушка и др.). Удержи шарик на лету. Вы стоите, взявшись за руки. Задача — не дать опуститься воздушному шару на пол, подталкивая его всеми частями тела. После того, как шар упадёт один раз, его нельзя подталкивать ногами, и так до тех пор, пока нельзя будет подталкивать ничем.

Эстафеты с надувным шариком. Каждому участнику дать по палочке и надувному шару. Задача каждого игрока — добежать до места передачи эстафеты и не давать палочкой шару упасть на землю. Другой вариант: в руке ложка, в ложке — картошка.

«Жмурки с колокольчиком». Выбирается жмурка. Жмурке завязывают глаза. Другому игроку дают в руки колокольчик. Вместе они говорят: Звенят, звенят бубенчики! Один, два, три, не зевай, лови! После этих слов игра начинается. Ориентируясь на звук колокольчик, в который должен постоянно звенеть убегающий, жмурка ловит его "Робот". На глаза ведущего надевается повязка, он - "робот". Ребенок говорит "вперед", "назад", "вправо", "влево", "стой" и т.д. и "приводят" его к заранее оговоренной цели (двери, окну и т.п.).

"Зоопарк". Ребенок располагается в комнате и изображает зверей: Аист: стойка на одной ноге, другая согнута, руки на пояс. Слоники: встать на четвереньки, вытянуть губы - "хобот". "Пить воду" - с шумом втягивая воздух, вытянув "хобот". "Побрызгать на себя водичкой" - поднять голову и с шумом выдохнуть через сжатые зубы. Мишки: ходьба перекатом с одновременным звукоподражанием, "р-р-р». Пингвины: ходьба перекатом с пятки на носок, руки прижаты, ладони в стороны, одновременно проговаривая «пи-пи". Лошадки: бег или ходьба, высоко поднимая колени, щелкая при этом языком. Собачки: стойка на четвереньках, имитация лая: "рычания". Кошечки: стойка на четвереньках, прогибая спину, имитация мяуканья. Чижики: в упоре присев, поднятие и опускание согнутых в локтях рук ("крыльев") с одновременным проговариванием "чик-чирик". Лягушки: произвольные прыжки из упора присев, одновременно имитируя кваканье лягушки. Жуки: "ж-ж", упали на спину, подняться не могут. Взрослый называет животное, а все дети его изображают

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении хочется отметить, что достаточно весомый вклад в формирование у детей двигательных умений и навыков вносят подвижные игры, которые включаются в режимные моменты с младшего возраста. Каждый вид игры отвечает своим целям и задачам и определяет организацию игрового пространства в группе.

Так для детей младшего возраста педагоги создают личное игровое оснащение (ширмы, строитель, атрибуты для ролевых игр, предметы – заместители, дидактические игры, дающие опыт разнообразного использования объекта, на собственном примере показывают детям, как пользоваться ролевой речью, звукоподражанием, подсказывают реплики, объясняют действия.

В группе среднего дошкольного возраста воспитатели вместе с детьми изготавливают множество предметов – заместителей, так как задача педагога – научить детей отражать роль словесного, без опоры на реальный предмет. В средней группе педагоги выделяют игровые зоны, в которых дети разворачивают любые сюжетно – ролевые игры, объединяясь в небольшие группы. Организуя игру, педагог занимает позицию включённого партнёра: он просит ребёнка пояснить смысл действий, побуждая к ролевой речи и беря на себя определённую роль.

В старшей группе педагоги организуют игровое пространство, ведущее место, в котором занимают опорные, специальные игрушки и предметы. Дети свободно проявляют свои игровые умения, самостоятельно сочиняют игру, моделируют её среду, изменяя её в ходе развития сюжета, свободно двигаясь от роли к роли, соблюдая правила игры.

Дети старшего возраста проявляют большой интерес к режиссёрским играм. Опорой для них служат уже не только образные мелкие игрушки (зайчики, куколки, но и разнообразные предметы (ткань, шарик, брусок и т. д.) Содержанием этих игр являются фантастические сюжеты, в которых реальность переплетается с событиями из мультфильмов, книг. Организации игр предшествует обсуждение общего замысла. Участвуя в играх, педагог выступает, как носитель умения проигрывать часть сюжета на основе приёма «как будто». Педагогическое сопровождение игр направлено на сохранение самостоятельной игры и побуждения игрового творчества. Педагоги стремятся пробудить у детей способность к импровизации, насыщении сюжетов оригинальными событиями.

Таким образом, к феномену игры стоит относиться как к уникальному явлению детства. Игра – это не только имитация жизни, это очень серьезная деятельность, которая позволяет ребенку самоутвердиться, самореализоваться. Участвуя в различных играх, ребенок выбирает для себя персонажи, которые наиболее близки ему, соответствуют его нравственным ценностям и социальным установкам. Игра становится фактором социального развития личности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Ульева Е.А. «Пальчиковые игры для детей 4-7 лет».: Издательство «Мозайка-синтез».
2. Лосев П., Плутаева Е. «Дошкольное воспитание». Развитие мелкой моторики у детей 5-7 лет. 2005.
3. Калинина Т.В. Пальчиковые игры и упражнения для детей 2-7 лет. Издательство «Учитель», Волгоград, 2008.
4. Сеницына Е. «Умные пальчики» Москва, издательство «Лист», 1999.
5. Тимофеева Е.Ю. Пальчиковые шаги. Упражнения на развитие мелкой моторики» СПб, издательство «Корона-Век», 2007
6. Стефанова Н.Л. Развитие мелкой моторики и речи у детей 3-7 лет.
7. Диагностический журнал. Волгоград, издательство «Учитель», 2011.
8. Андреев О.А. Тренируйте внимание. / О. А. Андреев – М.: Просвещение, 1994
9. Воробьева Л.В. Развивающие игры для дошкольников. СПб, Издательский дом «Литера», 2006.
10. Нищева, Н. В. Карточка подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики / Н.В. Нищева. - М.: Детство-Пресс, 2011.